

R137/05

**IOLANDA MITROFAN**  
Coordonator

**PSIHOPATOLOGIA, PSIHOTERAPIA ȘI  
CONSILIEREA COPILULUI**  
(abordare experiențială)



**COLECȚIA ALMA MATER**  
Editura SPER BUCUREȘTI 2001

Copyright ©, 2001, Editura S.P.E.R.

Toate drepturile rezervate Editurii S.P.E.R.

Reproducerea, copierea sau traducerea parțială sau integrală a acestei lucrări se pot face numai cu acordul scris al S.P.E.R.

Copyright ©, 2001 by S.P.E.R. All rights reserved.

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale**

**Psihopatologia, psihoterapia și consilierea copilului: (abordare experiențială)** / Iolanda Mitrofan. (coord.), Elena Otilia Vladislav, Geanina Cucu-Ciuhan, Elena Anghel, Codruța Lăuneanu, Doru Buzducea

București: Editura S.P.E.R., 2001

p. 373; cm. 24 – (Alma Mater : 2)

Bibliogr.

ISBN 973-99221-9-8

I. Mitrofan, Iolanda (coord.)

II. Vladislav, Elena Otilia

III. Cucu-Ciuhan, Geanina

616.89-053.2

**Redactor științific:** Iolanda Mitrofan

**Tehnoredactori:** Anca Constantin

Adrian Luca

**B.C.U. Sociologie**



24-004584

**Difuzare:** Editura S.P.E.R.

Str. Ritmului, Nr. 2A, Sect.2, București,

Tel. 3148972 / 093.210648 / 093520933

**Tipar:** SITECH SRL

Str. A.I. Cuza, Bl. A, Et. 1, Craiova

Tel. / Fax: 051.414003

**PSIHOPATOLOGIA, PSIHOTERAPIA ȘI CONSILIEREA COPILULUI**  
(abordare experiențială)

**AUTORI**

**IOLANDA MITROFAN (Coordonator)**

**ELENA OTILIA VLADISLAV**

**GEANINA CUCU – CIUHAN**

**ELENA ANGHEL**

**CODRUȚA LĂUNEANU**

**DORU BUZDUCEA**

**A contribuit MARINA BADEA**

## COLECTIVUL DE AUTORI

### IOLANDA MITROFAN

- Profesor Doctor – Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București.
- Coordonator de stagii de studii aprofundate și doctorat în psihologie și psihoterapie, Centrul de Dezvoltare Personală Consiliere și Psihoterapie Experiențială
- Aproximativ 20 ani este cercetător științific (gr. I) și psihoterapeut în domeniul clinic la Institutul Național de Expertiză Medicală și Recuperare a Capacității de Muncă.
- Stagii de formare (specializări) în: psihoterapia experiențială a unificării, gestalt-terapie (Belgia), somato-analiză, analiză bioenergetică și reichiană (Franța), NLP, terapii creative (Olanda), meditație creativă, terapii de cuplu și familie.
- Autor și coautor a peste 100 de studii, articole științifice și teme de cercetare. Volume publicate: „Cuplul conjugal – armonie și dezarmonie” (1989), „Familia de la A la Z” (1991), „Elemente de psihologia cuplului” (1994, 1996), „Psihologia relațiilor dintre sexe. Mutații și alternative” (1997), „Incursiune în psihosociologia și psihosexologia familiei” (1998), „Psihoterapia experiențială” (1997), „Jocurile conștiinței sau Terapia Unificării” (1999), „Psihologia pierderii și terapia durerii” (1999), „Orientarea experiențială în psihoterapie” (2000).
- Președinta Societății de Psihoterapie Experiențială Română – SPER. Psihoterapeut și formator în cadrul SPER.
- Coordonatoarea programelor formative în psihoterapie derulate în colaborare cu Universitatea București și Colegiul Consilierilor și Psihoterapeuților din România.
- Director și fondator al Revistei de Psihoterapie Experiențială.
- Coordonatoarea Centrului de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie

Experiențială, în cadrul unui program al Universității din București în parteneriat cu SPER.

### ELENA ANGHEL

- Studii aprofundate în psihodiagnostic și psihoterapie (M.D.);
- Consilier școlar-coordonator al Centrului Municipal de Asistență Psihopedagogică, București;
- Specializări în consiliere și psihoterapie experiențială (diplomă de psihoterapeut), psihoterapie reichiană, somatoanaliză, gestaltterapie, artterapie;
- Publicații în Revista de Psihoterapie Experiențială;
- Practician în consilierea și psihoterapia copilului, adolescentului și familiei (Centrul de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială, SPER, Universitatea București);
- Membru SPER;

### CODRUȚA LĂUNEANU

- Studii aprofundate în psihodiagnostic și psihoterapie (M.D.);
- Consilier pentru orientarea carierei în Ministerul Apărării Naționale;
- Preparatură universitară la Universitatea Hyperion
- Specializări în consiliere și psihoterapie experiențială (diplomă de psihoterapeut), psihoterapie reichiană, somatoanaliză, gestaltterapie;
- Publicații în Revista de Psihoterapie Experiențială;
- Practician în consilierea și psihoterapia copilului și familiei (Centrul de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială, SPER, Universitatea București);
- Membru SPER;

#### GEANINA CUCU-CIUHAN

- Doctor în psihologie la Universitatea București.
- Psiholog cu studii aprofundate în psihoterapie și psihodiagnostic.
- Activitate publicistică în Revista de Psihoterapie Experiențială. Autor al cărții „Psihologia școlarului mic: dezvoltare normală, psihopatologie și psihoterapie” (2000), „Psihoterapia copilului hiperactiv - o abordare experiențială” (2001)
- Lector universitar la Universitatea din Pitești, Facultatea de Teologie, Catedra de Științe Socio-Umane – susține cursurile: Psihoterapie și terapii de familie (secția Teologie – Asistență Socială) și Psihologie experimentală (secția Filosofie – Psihologie).
- Practician în consilierea și psihoterapia copilului (Centrul de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială pentru copil, adolescent, cuplu și familie, filiala SPER, Pitești);
- Membru SPER.

#### DORU BUZDUCEA

- Asistent social cu studii aprofundate în politici sociale. Experiență de consilier în problemele copilului și familiei afectate de HIV / SIDA.
- Doctor în sociologie la Universitatea din București.
- Autor și coautor al volumelor: „SIDA – Confluente psihosociale” (1997), „Pentru o societate centrată pe copil” (1997), „Psihoterapia Experiențială” (1997, 1999), „Psihologia pierderii și terapia durerii” (1999).
- Asistent universitar la Universitatea din București, Facultatea de Sociologie și Asistență Socială: seminarii de psihoterapie și asistență psihologică a persoanelor cu SIDA și boli cronice.
- Membru SPER.

#### ELENA OTILIA VLADISLAV

- Doctorand în psihologie;
- Studii aprofundate în psihodiagnostic și psihoterapie;
- Cadru universitar la Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea București- susține seminarii la disciplinele: Psihopatologia și Psihoterapia copilului, Psihoterapie Experiențială, Psihodramă Clasică, Psihoterapii de Familie;
- Specializări în: psihoterapie experiențială, gestalt- terapie, somatoanaliză, în curs de formare în psihodramă clasică moreniană;
- Coautor al cărții „Psihoterapia experiențială”(1998), articole în Revista de Psihoterapie experiențială;
- Practician în consilierea și psihoterapia copilului, adolescentului și familiei (Policlinică de copii și Centrul de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie experiențială, SPER; Univ. București )
- Membru fondator SPER

#### MARINA BADEA

- Studii aprofundate în psihodiagnostic și psihoterapie (M.D.);
- Specializări în consiliere și psihoterapie experiențială (diplomă de psihoterapeut), psihoterapie reichiană, somatoanaliză, gestaltterapie, artterapie;
- Publicații în Revista de Psihoterapie Experiențială;
- Practician în consilierea și psihoterapia copilului, adolescentului și familiei (Centrul de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială, SPER, Universitatea București);
- Membru SPER;

Motto:

Diana, 8 ani – Un dar pentru terapeut:

„De pe pământ mi se părea că stelele sunt colorate.  
Mi se părea că sunt roșii și verzi,  
Mi se părea că vorbesc între ele.  
Oare ce spun?  
Un nor albastru a acoperit stelele.  
Acel nor era de ploaie  
El spunea că va veni ploaia.”



## CUPRINS

<b>Prefață</b>	13
<b>Partea I</b>	
<b>ELEMENTE DE PSIROPATOLOGIE A COPILULUI</b>	16
<b>Cap. I</b> Ce este psihopatologia și psihiatria copilului? Câteva precizări conceptuale și repere de analiză ale tulburărilor psihice la vârsta copilăriei (Iolanda Mitrofan)	16
I.1. Concepte-cheie .....	16
I.2. Aspecte diferențiale între psihopatologia copilului și a adultului .....	17
I.3. Criterii ale dezvoltării psihice normale – câteva elemente de bază pentru un psihodiagnostic diferențial al normalității/anormalității în dezvoltarea psihică a copilului .....	19
<b>Cap. II</b> Elemente de nozografie, <u>evaluare</u> psihopatologică și psihodiagnostică a copilului (Iolanda Mitrofan)	23
II.1. Clasificarea tulburărilor psihice din perioada copilăriei și adolescenței .....	23
II.2. Etiologia, prognosticul și epidemiologia tulburărilor psihice ale copilăriei .....	26
II.3. Metode de evaluare psihologică și psihodiagnostică a copiilor și a sistemului lor familial .....	30
<b>Cap. III</b> Psihogeniile la vârsta copilăriei (Geanina Cucu Ciuhan)	43
III.1. Clasificarea psihogeniilor la copil .....	43
III.2. Reacțiile psihogene la copil .....	44
III.3. Nevrozele copilăriei .....	48
III.4. Dezvoltările prevalente de personalitate la copil .....	56
<b>Cap. IV</b> Devierile comportamentale la copil (Geanina Cucu Ciuhan)	58
IV.1. Clasificarea tulburărilor de comportament .....	58
IV.2. Tulburările de conduită și opoziționismul provocator .....	66
IV.3. Hiperactivitatea cu deficit de atenție .....	67
IV.4. Modalități de abordare a copiilor cu devieri comportamentale .....	82

<b>Cap. V Endogeniile și insuficiențele psihice la copil</b> (Geanina Cucu Ciuhan)	89
V.1. Clasificarea endogeniilor la copil	89
V.2. Psihozele endogene	89
V.3. Insuficiențele psihice	97
V.4. Modalități de abordare a cazurilor cu tulburări psihotice	100
<b>Partea a II-a ELEMENTE DE PSIHOTERAPIE, CONSILIERE ȘI OPTIMIZARE COMPORTAMENTALĂ A COPIILOR</b>	102
<b>Cap. I Concepte de bază, metode și tehnici de orientare experiențială</b> (Elena O.Vladislav)	102
I.1. Ce este psihoterapia copilului?	102
I.2. Obiectivele și desfășurarea procesului terapeutic	104
I.3. Cum abordăm copiii prin metode și tehnici experiențiale (expresive și gestalt-creative)	111
I.3.1. Desenul ca abordare diagnostică și terapeutică a copilului	111
I.3.2. Alte mijloace expresive în psihoterapia copilului	123
I.3.3. Gestalt-terapia la copii (Marina Badea)	141
<b>Cap. II Incursiune în universul simptomatologic și terapeutic al copilului. Studii de caz</b> (Elena O.Vladislav)	147
II.1. Andrei – un tic vocal sau tuse psihogenă	149
II.2. George – un caz de balbism	153
II.3. Dana – clipitul buclucaș și gelozia fraternală	160
II.4. Ana – o casă în care te poți rătăci sau criza de protest	169
II.5. Claudiu – blocajul autoapărării sau despre tendințele contrarii și unificarea interioară	173
II.6. Anca – o fetiță cu capul în nori sau despre Familia Plântuca	177
II.7. Diana – o terapie centrată pe maturizarea emoțională	182
II.8. Cosmin – „Sunt furios pe tine, tată!”	192
II.9. Gabriel – copilul divorțului și controlul durerii	199
II.10. Cristina – o fetiță care l-a luat pe „Nu vreau” în brațe	208
II.11. Robert – cel neastâmpărat (Geanina Cucu Ciuhan)	214
<b>Cap. III Experiența pierderii și a durerii la copii. Repere în consiliere.</b> (Doru Buzducea)	220
III.1. Pierderi așteptate versus pierderi neașteptate	220
III.2. Fazele durerii și reacțiile comportamentale specifice la copii	223
III.3. Refacere și reasezare. Consilierea copiilor (trști, depresivi, anxioși și agresivi) și a familiilor lor	228

III.4. Câteva tehnici specifice de lucru	231
III.5. Copiii și veștile rele. Durerea și comunicarea terapeutică. Repere în consiliere	234
III.6. Structura procesului dezvoltării – un model pentru părinți, consilieri și psihoterapeuți	241
<b>Cap. IV Psihoterapia experiențială de grup a copilului în contextul sistemului familial - Un model experimental de optimizare a relației părinți – copii</b> (Elena Anghel, Codruța Lăuneanu)	248
IV.1. Prezentarea cadrului metodologic al modelului de optimizare	248
IV.2. Lucrul cu grupul de familie (grupul părinților)	250
Caz 1. Problematika familiei în destrămare. Laura – o mamă potențial singură	251
Caz 2. Problematika familiei care se reîntregește. Gabi – o mamă în căutarea unui rol adecvat	256
Caz 3. Problematika familiei complete cu tată demisionar. Ema – o mamă suprasponsabilă	260
Caz 4. „Decontaminarea” de trecut a relației familiale prezente. Sanda – o soție-copil	262
IV.3. Lucrul cu grupul copiilor din perspectiva contextului familial	272
IV.3.1. Psihodrama – context terapeutic de dezvoltare a problematicii copilului monoparental	272
IV.3.2. Dileme ale relației copilului monoparental cu părinții	282
IV.4. Grupul mixt – context de transformare psihoterapeutică „împreună” a părinților și copiilor	292
IV.5. Evaluare, concluzii și implicații ale modului de optimizare a relației părinți – copii	302
<b>Cap. V Grupul experiențial de dezvoltare personală cu copii – ghid metodologic</b> (Elena Anghel)	305
Note	342
Bibliografie	352

## PREFAȚĂ – Invitație la sinceritate

De câțiva ani buni, preocupările noastre pendulează între asistarea psihoterapeutică și optimizarea personală în grup a adulților, cuplurilor, familiilor, a copiilor și adolescenților, ca și a tinerilor sau mai vârstnicilor specialiști aflați în stagii de formare în psihodiagnoză, consiliere și psihoterapie experiențială.

Orientarea umanist-experiențială în România a devenit, după publicarea primelor tratate colective (1997, 1999 - ediția a doua, 2000), ca și a primelor lucrări originale (I.Mitrofan, A.Nuță, C.Nedelcea, P.Dumitru, D.Buzducea, A.Nicolae, D. Constantinescu etc.), destul de cunoscută specialiștilor, ca și publicului larg, pentru a ne permite să înțelegem că oferta noastră de informație și formare se cere lărgită și aprofundată.

Revista de Psihoterapie Experiențială pe care am inițiat-o începând cu 1997 a constituit pepiniera fertilă a valorificării și validării profesionale a unui grup de specialiști tineri, practicieni cu formație academică în domeniu (masteranzi și doctoranzi), creând în același timp un curent de profesioniști, aspiranți și beneficiari tot mai numeroși în teoria și practica de acest tip.

O parte dintre eforturile acestor ani, aflați sub semnul unei binecuvântate „stări de grație” colective, s-au canalizat spre dezvoltarea unor cercetări aplicative și a unor programe de formare și supervizare a câtorva tineri și foarte talentați consilieri și psihoterapeuți ai copilului, adolescentului și familiei. Practicieni entuziaști, dar responsabili, ei se bucură în prezent de succes și capătă pe zi ce trece, acreditarea beneficiarilor serviciilor lor – copii și părinți, care le validează în fapt calitatea și seriozitatea formării lor în domeniu.

Autorii acestui tratat sunt printre cei mai apropiați și prețuiți colaboratori ai mei în dezvoltarea teoretică, metodologică și aplicativă a psihopatologiei, psihoterapiei, consilierii și optimizării copilului și a familiei, domenii incluse la propunerea mea în planul de învățământ al Facultății de Psihologie și Științele Educației, Universitatea București.

Începând cu anul universitar 1999-2000, noul plan oferă studenților la Psihologie, pentru prima dată, cursul „Psihopatologia și Psihoterapia Copilului”, pe care îl susțin, iar elaborarea sa este efectul conjugat al propriilor mele căutări și ale celor aparținând tinerilor mei colaboratori, pe care am avut bucuria să-i coordonez, formez și supervizez continuu în cadrul proiectelor de

diplomă, al stagiilor masterale și doctorale. Astăzi, ei sunt în majoritate cadre didactice universitare și practicieni validați în diagnoza, psihoterapia și consilierea copiilor și a adolescenților, unii dintre ei lansându-se în proiecte de cercetare aplicativă de durată axate pe „Copil și familie“, în cadrul generos al Centrului Universitar de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială București și al Societății de Psihoterapie Experiențială din România (SPER).

Preocupările personale de a lansa și dezvolta în cadrul universitar acest domeniu teoretico-aplicativ al psihologiei sunt însă ceva mai vechi, ele debutând cu cursurile „Psihologia familiei și psihosexologie“ și „Terapii de familie“ (încă din 1990), și continuând cu „Psihopatologia și psihoterapia copilului și adolescentului“, „Consiliere și terapii de familie“, elaborate și susținute în cadrul Studiilor aprofundate (Master), începând cu 1995, la Universitatea București.

Mi se pare semnificativ să amintesc faptul că doi dintre colegii mei foarte apropiați m-au sprijinit în mod esențial în dezvoltarea acestor domenii în cadrul modulelor de Master – prof. dr. Nicolae Mitrofan, coordonatorul modului de Master în Psihodiagnostic și Psihoterapie, și prof. dr. Gheorghe Tomșa, coordonatorul modului de Master în Consiliere Școlară, ceea ce mă determină să le aduc mulțumiri speciale.

Sunt de asemenea foarte recunoscătoare profesorului dr. M.Zlate, șeful catedrei de Psihologie pentru receptivitatea și sprijinul pe care mi le-a acordat în efortul meu constant și poate uneori prea ofensiv de a înnoi, actualiza și moderniza planul de învățământ universitar, conștientă fiind că doar suflul intervenției practice, racordată la realitățile și nevoile lumii în care trăim poate acorda o șansă adevărată psihologiei în România mileniului trei.

Actuala lucrare este primul suport de curs pentru viitorii și actualii specialiști în Psihopatologia și Psihoterapia Copilului, dar prin modul de redactare, secvențele de dialog terapeutic și studiile de caz, sperăm să deschidă și părinților, cadrelor didactice, medicilor, ca și publicului larg, interesat, o cale spre cunoaștere și reflecție, absolut necesară în dezvoltarea personală a fiecăruia.

Vă invităm, așadar, să pătrundeți și să aprofundați cu sinceritate și deschidere universul încă insuficient explorat, înțeles și asistat psihologic al copilului și familiei, fie în situațiile de impas existențial sau suferință exprimată simptomatologic, fie în cele ce necesită corecție și optimizare, compensare și dezvoltare personală.

Terenul fertil și fascinant pe care îl oferă mijloacele expresiv-creative și tehnicile de factură experiențială (în special gestaltiste, drama-terapeutice și de unificare prin metaforă) în explorarea diagnostică, analiza, suportul terapeutic, optimizarea și dezvoltarea personală și relațională a copilului, ne determină să

le considerăm indispensabile, ele constituind, alături de calitatea relației terapeutice sau de ajutor, o adevărată cheie a succesului. Pentru că acolo unde schemele conceptuale rigide sau sofisticate ale unor abordări tradiționale se dovedesc insuficiente, spontaneitatea, căldura, bunul-simț, umorul și creativitatea vin să testeze și să restructureze benefic realitatea universului copilăriei, printr-o abordare profund deblocantă a resurselor autentice de compensare și dezvoltare personală naturală, flexibilă, adaptativă. Pentru că experiențele devin simple, curate și modelabile, câtă vreme mijloacele de a le înțelege, resemnifica, integra și dezvolta creativ sunt naturale. Iar limbajul și comportamentul concret, nonverbal, simbolic și ludic al copilului sunt un model de experiențialism și autoterapie ad-hoc, pe care numai natura ni-l putea argumenta cu o forță mereu proaspătă.

Prof. dr. Iolanda Mitrofan

## PARTEA I: ELEMENTE DE PSIROPATOLOGIE A COPILULUI

### CAPITOLUL I Ce este psihopatologia și psihiatria copilului?

#### - Câteva precizări conceptuale și repere de analiză ale tulburărilor psihice la vârsta copilăriei -

#### I.1. Concepte-cheie

Psihopatologia este considerată drept studiu al stărilor mintale anormale, precizează Tratatul de Psihiatrie Oxford (ediția a doua, Michael Gelder, Dennis Gath și Richard Mayou, tradus și editat de Asociația Psihiatrilor Liberi din România și Geneva Initiative on Psychiatry, 1994), și comportă trei moduri posibile de abordare: perspectiva fenomenologică, perspectiva psihodinamică și cea experimentală.

„Psihopatologia fenomenologică se ocupă cu descrierea obiectivă a stărilor mintale anormale, urmând o cale ce evită pe cât posibil teoriile preconceptuate.” (op. cit. pag. 2) Această abordare se concentrează pe experiența conștientă și comportamentul observabil, aici și acum, și are ca scop: cunoașterea trăsăturilor esențiale ale experiențelor morbide trăite de pacient, într-o manieră unică și personalizată.

„Psihopatologia psihodinamică” are ca punct de plecare teoria psihanalitică a personalității și are ca scop explicarea cauzelor tulburărilor psihice, mai ales din perspectiva proceselor și mecanismelor mintale inconștiente cum ar fi refularea și mecanismele de apărare. Dincolo de abordarea descriptivă și fenomenologică a experiențelor morbide conștientizate, această abordare avansează interpretări ale fenomenelor și conflictelor inconștiente ce răbufnesc în simptome și tulburări psihice.

„Psihopatologia experimentală cercetează relațiile dintre fenomenele anormale prin inducerea de modificări la nivelul unui fenomen, urmată de observarea modificărilor care apar la nivelul altora. Pentru explicarea acestora sunt formulate ipoteze, care sunt ulterior testate și validate prin alte

experimente. Obiectivul acestei abordări este explicarea tulburărilor psihice prin intermediul aceluiași procese psihologice care au fost identificate la baza experiențelor normale ale persoanelor sănătoase. Cu alte cuvinte, atât experiența normală, cât și cea anormală au o rădăcină comună în planul procesualității psihologice, iar înțelegerea lor poate pleca de la mecanismele de bază.

În Dicționarul de Psihologie Larousse (Nobert Sillamy, pag. 190, 1991), psihopatologia sau psihologia patologică este definită ca disciplină având drept obiect studiul tulburărilor de comportament, de conștiință și de comunicare, situându-se la jumătatea drumului dintre psihologie și psihiatrie. Ea își propune mai întâi să înțeleagă faptul patologic printr-un efort de pătrundere în universul morbid al subiectului, sesizând semnificația simptomului așa cum este trăit de acesta. În al doilea rând, psihopatologia caută să explice stabilind relațiile de cauzalitate între fenomenele observate. În sfârșit, ea caută să deducă legile generale de funcționare ale proceselor mintale și completează abordarea clinică prin metode experimentale (studiul nevrozelor provocate la animale, de exemplu), teste și statistică.

Pedopsihiatria este definită de același autor (op. cit. 1991) ca o specialitate medicală având drept obiect depistarea și tratamentul bolilor mintale ale copilului și adolescentului. Ca disciplină autonomă, pedopsihiatria este de origine recentă. În Franța ea a apărut ca o competență atestată prin studii speciale în 1972. Printre precursorii acestei „științe-arte” figurează medici ca E.Seguin, T.Simon, psihologi ca A.Binet, și pedagogi ca J.H.Pestalozzi, dar ea se sprijină puternic pe lucrările lui S.Freud, Anna Freud și R.Spitz.

Psihopatologia copilului abordează tulburările psihice și de dezvoltare din perspectiva mecanismelor psihice explicative, a contextului multifactorial cauzal (biologic, familial și socio-educational) și al efectelor dezadaptative pe termen scurt și pe termen lung, în evoluția copilului. Ea oferă baza teoretică, psihodiagnostică și experimentală pentru intervenția profilactică și curativă de tip educațional și psihoterapeutic.

#### I.2. Aspecte diferențiale între psihopatologia copilului și a adultului

Dacă în clinica psihiatrică pentru adulți, consultația survine ca urmare a solicitării persoanei în cauză, iar în cazurile grave la solicitarea aparținătorilor sau colectivității, în clinica pedopsihiatrică (sau în secțiile de neuropsihiatrie infantilă), ea este cerută de obicei de părinți și rareori de copil. Uneori, ea poate



fi solicitată la inițiativa unui adolescent care traversează o situație de impas existențial sau de dificultate în integrarea școlară și care se adresează în acest context cabinetului de consiliere școlară sau unui cabinet psihologic, de unde ulterior poate fi orientat, după caz, către Laboratorul de Sănătate Mintală sau Clinica de Pedopsihiatrie.

În cazul copilului, îndeosebi al celui mic și foarte mic, motivația aducerii sale la consult psihologic și eventual psihiatric, depinde mai curând de atitudinea și toleranța versus intoleranța părinților față de copil, de felul particular în care ei percep comportamentul acestuia, ca și de cunoștințele lor mai mult sau mai puțin pertinente sau limitate privind dezvoltarea psihică normală a copilului. Astfel, părinții, ca și profesorii sau educatorii pot să manifeste unele erori de înțelegere sau interpretare a conduitei copilului la un moment dat sau într-o anumită conjunctură.

Sunt cel puțin trei posibilități de eroare pe care le pot face adulții în raport cu copiii, din acest punct de vedere:

- solicitarea inutilă a unui consult psihologic, ca urmare a conduitei anxioase, hiperprotective sau excesiv de pretențioase a unui părinte sau profesor;
- neglijarea, ignorarea sau tolerarea unor tulburări psihice și de comportament ale copilului care în lipsa unei îngrijiri medicale sau psihologice în timp util se pot agrava, devenind în scurt timp „severe“;
- ignorarea conexiunii dintre problema psihică a copilului și comportamentul, prezența sau absența unui membru al familiei, în acest caz, copilul manifestându-se reactiv la adult (ori la un frate), sau exprimând un răspuns simbolic (metaforic) la o relație sau situație familială disfuncțională cu impact puternic perturbator emoțional.

A hotărî ce este normal/anormal în comportamentul copilului se bazează pe repere ce permit evaluarea stadiului și nivelului de dezvoltare (maturizare) psihică, pe de o parte, ca și de durată, frecvența, intensitatea și consecințele tulburării sau perturbării, pe de altă parte.

O particularitate diferențială în abordarea psihodiagnostică și psihiatrică a copilului vine din posibilitățile de exprimare verbală mai reduse ale copiilor în favoarea manifestărilor expresive nonverbale, ceea ce îngreunează pe de o parte contactul cu copilul, solicitând specialistul compensator să-și dezvolte o bună capacitate empatică, o observare și interpretare judicioase și de finețe a semnelor corporale, o abilitate de a face o „lectură corporală“ care să permită descifrarea mesajelor simbolice mimico-pantomimice, kinestezice, respiratorii, etc. în directă corelație cu problemele emoționale sau cu gândurile inexprimabile sau greu exprimabile ale copilului. De aceea, informațiile verbale sunt preluate în mare măsură de la părinți, aparținători sau profesori, alături de observațiile și propriile lor moduri de a înțelege situația. Există de

aceea, evident, riscul ca aceste informații să fie tributare unor distorsiuni de percepție sau proiecțiilor și conflictelor inconștiente, nerezolvate, ale adulților.

Pentru a se evita pe cât posibil erorile de interpretare și pentru a se formula un diagnostic cât mai aproape de realitatea fenomenologică a copilului și a sistemului său familial și socio-educational este necesar ca specialistul să-și dezvolte câteva abilități și capacități care îi asigură competența:

- arta și știința de a obține un istoric al evoluției copilului cât mai complet și mai puțin viciat de interpretări personale, raționalizări sau confabulații compensatorii (ale părinților, dar și ale copilului);
- un tablou obiectiv al caracteristicilor comportamentale și cognitive ale copilului, ca și al manifestărilor diferite, survenite la un moment dat, implicate în perturbarea sa sau a relațiilor sale cu cei apropiați;
- o bună evaluare a gradului de implicare emoțională și a motivațiilor personale ale celor care observă sau solicită consultarea copilului;
- o evaluare adecvată a mediului familial și școlar, adică posibilitatea de a elabora un diagnostic profesionist, pertinent, al relațiilor familiale și sociale (v. psihodiagnoza familială și conjugală, sistemică și transgenerațională).

Aceste repere de competență în cunoașterea și evaluarea diagnostică a copilului și a mediului său socio-familial asigură o abordare terapeutică adecvată, individualizată și eficientă, eliminând riscul unor tentative stereotipe, simpliste sau întâmplătoare în cunoașterea și asistarea simptomatologiei sau problematicei copilului. Aceasta se impune cu atât mai mult, cu cât posibilitățile de utilizare a tratamentului farmacoterapeutic sunt în general mai restrânse decât în cazul asistării adulților.

În cazul copilului, strategia profilactică și curativă accentuează asupra valențelor terapiei de familie și de mediu, ale psihoterapiei individuale și de grup și ale tuturor demersurilor educaționale, creativ-active și de suport care să redirecționeze copilul pe traiectoria unei afirmări, dezvoltări și maturizări optime.

### **I.3. Criterii ale dezvoltării psihice normale – câteva elemente de bază pentru un diagnostic diferențial al normalității/anormalității în dezvoltarea psihică a copilului**

Pentru o corectă evaluare a tulburărilor psihice în copilărie este necesar să ne raportăm la principalele caracteristici ale dezvoltării psihice normale, pe care le putem considera repere de bază pentru judecarea oricăror abateri în sfera cognitivă, emoțională și comportamentală a copilului și a adolescentului. În speranța că vom oferi cititorului posibilitatea unei orientări rapide pentru

fundamentarea unui diagnostic diferențial privind raportul normalitate/anormalitate în dezvoltare, prezentăm mai jos principalele semne și achiziții normale, grupate pe perioade cronologice importante în dezvoltarea copilului, urmând ca analiza tulburărilor propriu-zise, într-o manieră nozografică, să se facă în capitolul următor.

#### \* Primul an de viață:

- Dezvoltare motorie și socio-afectivă rapidă: la trei săptămâni copilul zâmbește neselectiv, apoi la șase luni surâde preferențial, selectiv, iar la 8 luni apare frica de separare de mamă, absența sau îndepărtarea acesteia generându-i stări de neliniște, anxietate, plâns, mică agitație. Calitatea atașamentului emoțional față de mamă și de părinți sau apropiați exprimă gradul de sănătate psihică a copilului. O relație caldă și sigură, suportivă cu copilul este baza sănătății emoționale de mai târziu și deschide drumul unei socializări calme și eficiente.

- Orar ordonat de somn și alimentație, cu îmbogățirea și diversificarea progresivă a principiilor alimentare, fără respingeri și crize semnificative. Experimentarea primei separări semnificative de mamă – înțercarea sau trecerea de la alăptarea la sân la alimentația autonomă.

- Descoperirea și explorarea senzorio-motorie a obiectelor din jur, învățarea primelor relații cauzale simple, precum și a relațiilor spațiale.

- Rostirea primelor cuvinte simple, după exersarea sunetelor și a silabelor, la sfârșitul primului an de viață. Dezvoltarea progresivă a posturii și a mersului biped incipient.

#### \* Al doilea an de viață:

- Dezvoltare motorie rapidă, cu perfecționarea mersului biped, ceea ce îi conferă un grad mai mare de autonomie.

- Comportamentul de atașare este bine stabilit (începe să caute aprobarea părinților, este anxios când ei nu sunt de acord cu el și începe să învețe să-și controleze comportamentul).

- Apar și se manifestă emoțiile de mânie în contextul experimentării frustrației în conduita exploratorie. Treptat învață să accepte constrângerile.

- Leagă două-trei cuvinte într-o propoziție.

#### Etapă preșcolară (2-5 ani):

- \* Se dezvoltă rapid capacitățile cognitive și crește complexitatea limbajului.

- Progrese semnificative în socializare: pe măsură ce se integrează în familie, adoptă prin identificare standardele și comportamentele părinților, devine oglinda vie a atitudinilor și conduitei acestora, dar dezvoltă și primele răspunsuri personale față de acestea.

- \* Exploziile de mânie ca răspuns la frustrație. Deși se mențin, scad în intensitate și teoretic ar trebui să dispară înainte de intrarea la școală, ceea ce implică un mai bun autocontrol emoțional.

- \* Progrese cognitive semnificative, copilul având o imaginație bogată, vie și intensă, susținută de o curiozitate crescută. Întrebările repetate și diverse sunt specifice perioadei, iar uneori, îndeplinirea dorințelor se face prin intermediul fanteziei, ca posibil substitut al lumii reale. Jocul este principala activitate și modalitate de cunoaștere.

- Atașament față de anumite obiecte investite cu suport afectiv (păpușă, jucărie preferată, „obiecte tranziționale“, etc.) care îl securizează sau îl ajută să doarmă ori să obțină pe plan simbolic anumite recompense sau sprijin.

- \* Descoperă și învață despre identitatea sa sexuală, jocul și explorarea sexuală fiind comune. Înțelege diferențele dintre femei și bărbați, după criterii observabile – aspect, îmbrăcăminte, comportament.

- Pe plan emoțional dezvoltă mecanisme de apărare care îl ajută să facă față anxietății provocate de emoții neplăcute sau inacceptabile: refularea, proiecția, negarea, regresia, formațiunea reactivă, deplasarea, raționalizarea, identificarea, sublimarea.

#### Perioada copilăriei de mijloc (6–10 ani):

- Copilul își înțelege și acceptă identitatea sa de gen (băiat, fată) și poziția sa în sistemul familial. Din punct de vedere al teoriei psihodinamice, dezvoltarea sexuală traversează o perioadă de latență, stagnare, deși unii autori consideră că preocupările și activitățile cu conținut sexual ale copilului se mențin, dar ele sunt disimulate față de adulți.

- Adaptarea la cerințele de integrare social-școlară: învață să citească și să scrie, dobândește conceptele numerice și dezvoltă capacități operaționale de tip concret.

- Se dezvoltă mecanisme de apărare și standarde de comportament social. Copilul învață să conștientizeze posibilitățile și limitele de care dispune, ceea ce îl ajută în dezvoltarea unei imagini de sine mai clare.

#### Perioada pubertății și adolescenței:

- În contextul unei maturizări intensive fizice și neurohormonale (v. modificările specifice fetelor între 11-13 ani și băieților între 13–17 ani) se produce o intensificare a conștientizării propriei identități psihosexuale și a

caracteristicilor de personalitate (cine sunt, ce pot face și ce vreau sau doresc să fac în viață).

- Preocupările morale și valorice sunt semnificative, iar pendularea între alternative pentru viitor, între speranțe, idealuri și dezamăgire este la fel de comună. Criza adolescenței nu presupune neapărat o înstrăinare de familie și fragilitate emoțională, ci mai curând experimentarea unui registru emoțional mult mai variat, bogat și intens, în contextul căutării unui stil personal, original de manifestare, care să exprime adevărata identitate de sine.

- Relațiile cu grupul de prieteni devin foarte importante, iar prietenii apropiate sunt frecvente, în special în cazul fetelor.

- Devin treptat autonomi, manifestă interes crescut pentru relațiile heterosexuale și apar primele tentative de apropiere față de sexul opus, primele atracții erotice și implicarea în relații de parteneriat. Se experimentează dragostea pură, dar destul de frecvent debutează viața sexuală, aspect reglat în mare măsură de standardele culturale familiale și grupale.

## **CAPITOLUL II Elemente de nozografie, evaluare psihopatologică și psihodiagnostică a copilului**

Analiza tulburărilor psihice ale copilăriei poate fi făcută din două perspective:

- perspectiva nozografică, incluzând clasificările sau taxinomia patologiei psihice la copil;
- perspectiva evaluatorie, incluzând aspectele: etiologică, prognostică, epidemiologică, simptomatologică, sindromologică și metodologică.

Vom dezvolta în continuare ambele perspective, mai puțin abordările simptomatologică și sindromologică, pe care le vom sistematiza, detalia și exemplifica în alte trei capitole (axate pe studiul psihogeniilor, tulburărilor de comportament, endogeniilor și insuficiențelor de dezvoltare intelectuală).

### **II.1. Clasificarea tulburărilor psihice din perioada copilăriei și adolescenței**

Consultând principalele surse nozografice considerate de maximă credibilitate și actualitate în domeniul psihiatriei și care constituie repere uzuale în diagnosticul psihiatric, atât pentru adulți, cât și pentru copii, respectiv Clasificarea Internațională a Tulburărilor Mintale și de Comportament, ediția a X-a (ICD-10) și Manualul Statistic și Diagnostic al Asociației Americane de Psihiatrie (DSM-III-R și DSM-IV), utilizate de altfel și în două surse bibliografice importante (Tratatul de Psihiatrie Oxford, ed. a II-a – M.Gelder, D.Gath și R.Mayou, 1994 și Psihiatrie Clinică Standardizată și Codificată, aparținând lui G.Ionescu, editura Univers Enciclopedic, 2000), am extras trei clasificări pe care le considerăm relevante.

După Tratatul de Psihiatrie Oxford (op. cit., pag. 599) sunt precizate 7 mari grupe de tulburări psihice în copilărie, recunoscute de clinicieni și susținute de studii ce folosesc analiza multivariată (Quay și Werry, 1986). Menționăm că în paranteze, autorii folosesc și denumiri alternative:



## Reacțiile de adaptare

Tulburările de dezvoltare globale (pervazive) (psihozele copilăriei)

Tulburările de dezvoltare specifice

Tulburările de conduită (antisociale sau de exteriorizare)

Tulburările hiperkinetice (cu deficit al atenției)

Tulburările emoționale (nevrotice sau de interiorizare)

Tulburările simptomatice.

După DSM-III-R se clasifică următoarele tulburări psihice ale copilăriei:

1) Retardarea mintală

2) Tulburări de dezvoltare globale (pervazive)

3) Tulburări de dezvoltare specifice:

3.1.) Tulburare de limbaj și vorbire

3.2.) Tulburarea aptitudinilor școlare

3.3.) Tulburarea aptitudinilor motorii

3.4.) Alte tulburări de dezvoltare

4) Tulburări de comportament disruptive (în ICD-10 această categorie este codificată sub numele de Tulburări emoționale și de comportament cu debut de obicei în copilărie și adolescență)

5) Tulburări de conduită

6) Hiperactivitatea cu deficit al atenției (în ICD-10: Tulburare hiperkinetică)

7) Tulburare opozițional-refractară

8) Tulburări anxioase ale copilăriei și adolescenței (codificate în ICD-10 sub numele de Tulburări emoționale, Tulburări mixte de conduită și emoționale)

9) Tulburări de alimentație

10) Tulburări de identitate sexuală

11) Ticuri

12) Tulburări de eliminare (codificate în ICD-10 la: Alte tulburări emoționale și de comportament, inclusiv tulburările de alimentație)

13) Alte tulburări ale copilăriei și adolescenței

Considerată drept cea mai autorizată sursă bibliografică românească, lucrarea Prof. dr. **George Ionescu** citată mai sus, propune pe baza integrării celor mai recente clasificări mondiale, următoarea taxinomie cu referire la domeniul copilăriei și adolescenței, care reflectă opțiunea autorului raliată la „efortul comun de a introduce în Psihiatria din România ordinea și simetria, de a limita în lumea diagnosticului anomia și anarhia” (op. cit. 2000, pag. 20):

## Întârziere mintală

1. Întârziere mintală ușoară

2. Întârziere mintală moderată

3. Întârziere mintală severă

4. Întârziere mintală profundă

5. Alte întârzieri mintale

## Tulburări ale dezvoltării psihologice

1. Tulburări specifice ale dezvoltării vorbirii și limbajului (Tulburări specifice ale vorbirii articulate, Tulburare a limbajului expresiv, Tulburare a limbajului receptiv, Afazie asociată cu epilepsie)

2. Tulburări specifice ale dezvoltării abilităților școlare (Tulburarea specifică a citirii, Tulburarea specifică a scrierii, Tulburarea specifică a abilităților aritmetice, Tulburarea mixtă a abilităților școlare)

3. Tulburări specifice ale dezvoltării funcției motorii

4. Tulburări specifice mixte de dezvoltare

5. Tulburări invadante (pervazive) ale dezvoltării (Autism infantil, Autism atipic, Sindrom Rett, Altă tulburare dezintegrativă a copilăriei, Tulburare hiperactivă cu întârziere în dezvoltarea psihică, Sindrom Asperger)

## Tulburări emoționale și comportamentale cu debut în copilărie și adolescență

1. Tulburări hiperkinetice (Tulburare a activității și a atenției, Tulburare hiperkinetică de conduită)

2. Tulburări de conduită (Tulburare de conduită limitată intrafamilial, Tulburare de conduită nesocializată, Tulburare de conduită socializată, Tulburare de tip opoziție-sfidare)

3. Tulburări mixte ale conduitei și emoției (Tulburare de conduită depresivă, Alte tulburări mixte ale conduitei și emoțiilor)

4. Tulburări emoționale cu debut specific în copilărie (Tulburare a anxietății de separare, Tulburare anxios-fobică în copilărie, Tulburare de anxietate socială, Rivalitate în fratrie)

5. Tulburări ale funcționării sociale cu debut specific în copilărie și adolescență (Mutism selectiv, Tulburare reactivă de atașament, Tulburare de atașament cu dezinhibiție)

6. Tulburări ale ticurilor (Tulburare tranzitorie a ticurilor, Tulburare cronică a ticurilor motorii sau vocale, Tulburare combinată, vocală și motorie a ticurilor)

7. Alte tulburări emoționale și comportamentale cu debut în copilărie și adolescență (Enurezis neorganic, Encomprezis neorganic, Tulburarea de

alimentație a copilului mic, Pica sugarului și copilului, Tulburare a mișcărilor stereotipe, Balbism, Vorbire neclară).

Multe dintre tulburările psihice ale copilăriei nu pot fi clasificate într-o singură categorie codificată, de aceea s-a propus un sistem de evaluare multiaxial care include 5 axe:

- Axa I Sindroame psihiatrice clinice
- Axa II Întârzieri specifice în dezvoltare
- Axa III Nivel intelectual
- Axa IV Condiții medicale asociate
- Axa V Situații sociale anormale

Utilizarea unei astfel de scheme de evaluare multiaxială poate permite recoltarea tuturor datelor importante și abordarea categorială, dar și interconexă a problemelor copilului.

În lucrarea de față, noi am preferat o grupare etiologică a principalelor tulburări psihice și de dezvoltare ale copilului, scopul nostru fiind o familiarizare a studenților, specialiștilor și nespecialiștilor interesați cu tabloul simptomatologic, contextul etiologic, mecanismele psihopatogene și mijloacele de intervenție psihologică adecvate.

## II.2. Etiologia, prognosticul și epidemiologia tulburărilor psihice ale copilăriei

**II.2.1. Factori etiologici.** Se consideră că în cazul copiilor, spre deosebire de adulți, majoritatea tulburărilor psihice sunt reprezentate mai curând de sindroame reactive la factorii de mediu (familie, școală, comunitatea de apartenență) și în mai mică măsură de entități nozologice de marcată intensitate și gravitate psihopatologică. Totuși un număr semnificativ de copii suferă ca urmare a unor deficite și insuficiențe de dezvoltare intelectuală, sau a unor handicapuri asociate.

Sunt 4 grupe de factori incriminați în etiologia tulburărilor psihice ale copilului, majoritatea acestora interacționând în maniere specifice de la caz la caz, și determinând sau favorizând răspunsuri dezadaptative sau afecțiuni psihice diverse:

- factori genetici (ereditari)
- factori temperamental
- factori somatici (organici – în special leziuni cerebrale, precum și o serie de maladii somatice)
- factori de mediu (familiali, sociali, culturali, economici și de risc ecologic).

Factorii ereditari sunt poligenici și se referă la predispoziția pentru manifestarea anumitor tipuri de maladii, dar ei nu controlează în mod direct aceste boli. Mc. Guffin (1987) menționează influența lor în privința nivelului de inteligență, precum și a temperamentului, acesta fiind la rândul său factor predispozant pentru anumite tulburări psihice, în corelație și cu alți factori. Astfel, conform studiului longitudinal al lui Thomas și colab. (1968), anumiți factori temperamental evidențiați chiar sub vârsta de doi ani, pot predispute la tulburări psihice mai târziu. Așa de pildă, „copiii dificili” care răspund la solicitările mediului fie prin retragere și adaptare lentă, fie prin comportament intens, disproporționat, sunt candidați precoci la tulburări de comportament sau emoționale, în contrast evident cu așa-numiții „copii buni”, caracterizați prin răspuns cooperant, atitudine pozitivă, comportament blând, relaxat sau vioi și o bună adaptare la mediu. Unele cercetări au avansat ideea că deosebirile temperamentale și riscul pentru tulburare psihică sunt determinate genetic și influențate de mediu, dar alți cercetători au emis critici privind validitatea metodelor folosite și semnificația rezultatelor. (v. Graham și Stevenson, 1987)

Factorii somatici care predispun la tulburări psihice în copilărie au fost și ei cercetați, cei mai semnificativi fiind tulburările cerebrale. Și bolile somatice sunt asociate destul de frecvent cu perturbări psihice, de intensitate variabilă, având în vedere unitatea inseparabilă în funcționalitatea minte-corp. Astfel dintr-un studiu efectuat în Anglia, în 1976, rezultă că 12% dintre copiii bolnavi somatic, cu vârste între 10-11 ani, au și probleme psihiatrice, procent aproape dublu comparativ cu cei doar 7% din populația generală de aceeași vârstă (v. Rutter și colab., apud Gelder, Gath, Mayou, op. cit. 1994).

La copiii cu probleme cerebrale, 34% prezintă tulburări psihice, chiar dacă factorii sociali de risc sunt absenți. Comparativ cu datele obținute pe copii cu infirmități fizice, se constată că procentul celor cu tulburări psihice și infirmitate prin afectare musculară este mai mic decât în cazul celor afectați cerebral. Rata tulburărilor psihice la copiii afectați cerebral este determinată de severitatea leziunii și mai puțin de localizarea acesteia. Ea este egală la băieții și fetele cu traumatism cranio-cerebral, ceea ce contrastează cu rata mai mare la băieți, în populația generală, a tulburărilor psihice (idem op. cit.).

Un concept larg folosit în studiile de etiologie este cel de „disfuncție cerebrală minimă” sau „patologie cerebrală minoră” (microleziune), care este implicată în manifestarea unor trăsături ca: hiperactivitate, neatenție, conduită dezordonată și deficite în percepție și învățare. Este de semnalat faptul că disfuncția cerebrală minimă nu este obiectivată prin semne neurologice sau modificări structurale demonstrabile la nivelul creierului, ceea ce solicită observarea atentă a asocierilor simptomatologice comportamentale specifice.

Un alt factor important incriminat în tulburările psihice ale copilului se referă la anomaliiile sarcinii și nașterii, care pot conduce la grade diverse de afectare cerebrală, ce pot condiționa dificultăți de citire, tulburări de comportament, epilepsie, retard mental. Condițiile favorizante sunt cele legate de patologia sarcinii, asfixia perinatală, nașterea prematură, factori care, corelați cu dezavantajul social, pot determina certe tulburări psihice. Nu se poate susține însă că toate tulburările psihice ale copilăriei sunt datorate prezenței în istoricul vieții copilului a tulburării cerebrale minime, așa cum afirmă Rutter și Schaefer, 1985.

Factorii de mediu se asociază variabil în complexul etiologic al anumitor afecțiuni, uneori fiind factori determinanți în tulburări psihogene sau favorizanți și agravanți în dezvoltarea altor patologii. Familia deține prin modul său defectuos de funcționare o pondere semnificativă în declanșarea și întreținerea unor răspunsuri patologice ale copilului. Familia este implicată în satisfacerea celor mai profunde nevoi ale copilului, care, de la dependență absolută este necesar să evolueze spre autonomie și o bună integrare socială. Pentru a dobândi însă aceste capacități, copilul are nevoie de un mediu familial stabil, coerent și sigur, de căldură emoțională și încredere, de toleranță și ajutor, dar și de o disciplină constructivă, ordonatoare și pozitiv structurantă. Dintre factorii familiali disfuncționali cu cel mai mare impact patogen menționăm:

- separarea prelungită sau definitivă de părinți (decesul unuia sau ambilor părinți fiind unul dintre factorii stresori cei mai importanți),
  - separarea temporară a părinților prin crize conjugale sau divorț,
  - relațiile conflictuale și inadecvate (incest, abuz fizic sau sexual, alcoolism, violență familială),
  - relații conflictuale în familii reconstituite sau mixte (fratriile și parentalitatea vitregă),
  - relațiile familiale discordante (familia schizofrenogenă sau schismatică),
  - boala sau personalitatea deviantă a unuia dintre părinți,
  - modele de creștere și educare care implică abuzul fizic și moral asupra copilului,
  - dimensiunea mare a familiei,
  - promiscuitate și sărăcie,
  - abandonul și privarea de mamă (v. cercetările lui Bowlby, 1951, care constată că separarea prelungită de mamă este o cauză a delinvenței juvenile.)
- Același autor demonstrează că experiența precoce a separării de mamă și a amenințării conduce mai târziu la anxietate și depresie (1980).

Cercetările arată că efectele separării de mamă depind de mai mulți factori: vârsta copilului în momentul separării, relațiile anterioare cu mama și cu tata, motivele separării. Urmările separării sunt variate și pe termen lung: nerealizări educaționale și performanțiale (prin lipsa suportului și a încurajării de a performa în prima copilărie), dificultăți în relațiile sociale prin lipsa sau reducția atașamentelor emoționale în prima copilărie.

Factorii sociali și culturali au o semnificație specială în etiologia tulburărilor de conduită. Dacă în primii ani de viață ei acționează indirect, prin intermediul normelor, atitudinilor și valorilor familiei, pe măsură ce copilul crește, el este supus tot mai direct influenței mediului socio-cultural, religios, ideologic și economic. Copilul își petrece tot mai mult timp în afara familiei, în școală, în grupul de prieteni, în cartier, în comunitate. Și acestea încep să joace un rol important în apariția sau agravarea unor tulburări de comportament sau de adaptare. Rata tulburărilor psihice este mai mare la copiii proveniți din zone, cartiere sau regiuni dezavantajate social și economic, sărăcia fiind unul din factorii de interes. În mediul urban acționează o serie de factori specifici care pot fi implicați în unele tulburări de adaptare, de conduită sau emoționale, cum ar fi: lipsa spațiilor de joacă, posibilități neadecvate de distracție (mai ales pentru adolescenți), lipsa implicării comunității, calitatea scăzută a actului educațional, mediul social în care funcționează școala.

**II.2.2. Prognostic.** Tulburările psihice în copilărie pot evolua variabil, având o durată scurtă în cazul simptomelor ușoare sau al unor probleme tranzitorii de dezvoltare, dar putând persista pe parcursul mai multor ani în cazul simptomelor severe (cca. 5-15 % dintre copiii cu probleme se încadrează în această categorie). Prognosticul pentru viața de adult necesită o urmărire longitudinală, ceea ce adesea e dificil de realizat. Totuși unele studii au avut în vedere acest obiectiv (de ex. Robins, 1966), demonstrând că tulburările emoționale au un prognostic mai bun. Când tulburările emoționale persistă ele se transformă treptat, la adult, în depresie sau nevroză. Aceste observații au fost confirmate pe baza unui studiu comparativ al unui lot de persoane care beneficiaseră în urmă cu 30 de ani de servicii psihiatrice, cu un lot martor format din persoane care aveau aceleași nivele de școlarizare, dar fără incidență clinică în copilărie.

Spre deosebire de cei cu tulburări emoționale, copiii cu tulburări de comportament au avut o evoluție defavorabilă. Ca adulți, acești copii devin personalități antisociale, sunt candidați la alcoolism, au probleme de integrare socială, profesională și maritală, comit ilegalități.

Alte cercetări semnaleză un prognostic prost pentru sindroamele de hiperactivitate și foarte rezervat pentru psihozele infantile (Robins și Zeitlin,

1986). Același Zeitlin confirmă o continuitate a tipului de sindrom, mai ales în cazurile în care problemele inițiale erau simptome depresive, obsesive sau tulburări de conduită.

**II.2.3. Epidemiologie.** Studiile de incidență și prevalență a tulburărilor psihice și de comportament la copii arată că estimările variază în funcție de criteriile de diagnostic și de metodele utilizate. Nivelul de dezvoltare socio-economică a unei țări nu influențează semnificativ ratele generale de îmbolnăvire, exceptând prevalența dificultăților de învățare (v. studiul lui Graham, 1986), așa încât, frecvența tulburărilor psihice pare să nu difere foarte mult între țările dezvoltate și cele în curs de dezvoltare.

Frecvența lor este influențată și de factorul vârstă (astfel, la copiii de trei ani, predomină problemele ușoare – 15%, față de problemele moderate și severe – 7%, conform Studiului lui Richman, 1982). În perioada de mijloc a copilăriei, rata tulburărilor psihice diferă în funcție de mediu, fiind de două ori mai mare în mediul urban (25%) față de mediul rural (12%), după Rutter, 1975. La adolescenți, unele studii arată la 14 ani o prevalență de 20%, la cei mai în vârstă fiind puține studii (v. Gelder, Gath și Mayou, op. cit.).

Sexul pare să fie un factor de asemenea diferențial pentru epidemiologia tulburărilor psihice în copilărie. Astfel, un studiu făcut în Anglia, pe 2199 de cazuri, vizând analiza comparativă a inteligenței, sănătății fizice, educației și dificultăților psihologice, demonstrează frecvența mai mare a tulburărilor psihice la băieți, comparativ cu fetele. Nu există însă o corelație cu clasa socială, ci cu asocierea proporțională a nivelului scăzut de inteligență.

Studiile arată că foarte frecvent tulburarea psihică este asociată cu handicapul fizic și mai ales, cu leziunea organică cerebrală. Alte asocieri semnalate sunt cele între întârzierea la citit și tulburările de conduită.

## II.3. Metode de evaluare psihologică și psihodiagnostică a copiilor și a sistemului lor familial

Evaluarea psihologică și psihodiagnostică de tip clinic a copiilor cu dificultăți în dezvoltare și integrare, ca și a familiilor lor, constituie prima atribuție a psihologului clinician pentru copii, ca și a consilierului psiholog școlar, ea necesitând un proces de formare special, deci o competență profesională academică, specifică.

A doua sa atribuție de bază, se fundamentează pe prima și constă din conceperea și aplicarea unui program psihoterapeutic centrat pe copil și pe

familie, stimulând complianța, participarea și optimizarea funcționalității acesteia în tratamentul global, de echipă (medico-psiho-socială).

Obiectivele investigației psihologice centrate pe copil și ale celei psihosociale de tip familial nu se substituie demersului diagnostic medical (pedopsihiatric), ci îl completează pe acesta, contribuind în mod specific, nuanțat, într-o manieră etio-patogenică și evaluativă proprie (bazată pe metode, tehnici și instrumente standardizate și validate) la precizarea tipului, intensității și consecințelor psihologice ale tulburării psihice sau/și de comportament.

Pornind de la un bun diagnostic psihologic (psihodiagnostic) al copilului, integrat unui diagnostic clinic mai larg și mai complet, rezultat al investigațiilor complexe medicale (pediatrică, pedopsihiatrică, neurologică, somatică) și al datelor sociale importante rezultate din ancheta socială la domiciliu ca și în mediul școlar, efectuată de asistentul social, se poate concepe un plan adecvat de tratament complex, în echipă.

Diagnosticul familial se referă la evaluarea nivelului și tipurilor de funcționalitate/disfuncționalitate din cadrul sistemului familial. El identifică patternurile interacționale patogene din familia copilului, care sunt implicate direct în declanșarea, întreținerea sau agravarea tulburărilor sale psihice sau de comportament. De asemenea, un bun diagnostic familial, surprinde și evaluează deficitele de comunicare, schimburile emoționale și deficitele structurii de roluri familiale, gradul de adecvare/inadecvare în asumarea și exercitarea rolurilor parental-filiale, ca și a rolurilor și relațiilor conjugale, cu impact semnificativ în dinamica evolutivă a copilului. Diagnosticul familial este un diagnostic de sistem, putând să conducă la elucidarea semnificației reale, ascunse, metaforice, (simbolice) sau reactive ale unor simptome sau tulburări ale conduitei copilului, ca mecanisme de apărare patologică, protest și reglare a homeostaziei și homeodinamicii din sistemul familial perturbat.

Ca și în cazul adulților cu tulburări psihice, dar cu atât mai mult în cazul evaluării copiilor aflați în această situație, analiza și evaluarea sistemului familial de apartenență este obligatorie, ea constituind o premisă și o cheie importantă în înțelegerea modului de evoluție a simptomatologiei sub și în afara tratamentului individualizat.

Planul terapeutic, incluzând o asociere nuanțată, de la caz la caz, între psihoterapie și farmacoterapie, educație și integrare socială de facilitare, programe de optimizare personală și de grup, include obligatoriu în cazul asistării copiilor și lucrul permanent cu familia, sub forma consultației, consilierii (maritale și parental-filiale) și a terapiei de familie propriu-zise.

### II.3.1. Depistarea și orientarea copiilor cu probleme psihice și de conduită către specialiști

Sunt mai multe niveluri de identificare a copiilor-problemă, fie cu deficite de dezvoltare, fie cu tulburări propriu-zise. Un prim nivel îl constituie consultația pediatrică, solicitată pentru simptome somatice care nu răspund la tratamentul standard și care se presupun a avea o cauzalitate probabil psihologică (de ex. vomismente repetate, fără substrat somatic identificat, enurezis fără componentă organică, etc.), apariția unor complicații psihice în cursul tratării unor afecțiuni somatice este de asemenea frecventă.

Un alt nivel de identificare îl constituie grădinița și screening-urile efectuate cu ocazia intrării în școală. Copiii cu întârzieri sau deficite în dezvoltare (motorii, cognitive, emoționale și socio-relaționale) pot fi astfel foarte repede observați și depistați pe baza unor evaluări psihometrice obiective. Dintre ei mulți prezintă tulburări emoționale și de conduită, care de obicei nu sunt severe, dar pun probleme părinților, care adesea, din proprie inițiativă sau la sugestia educatoarei sau a unui psiholog, se pot adresa cabinetului de psihiatrie infantilă. De aici, copilul va ajunge din nou în sfera de acțiune specializată a unui psiholog clinician, care după o evaluare aprofundată va putea susține, după caz, un program psihoterapeutic adecvat, asociat sau nu unui tratament chimioterapeutic prescris de pedopsihiatru. Este de reținut faptul că în general, există o atitudine prudentă vis-a-vis de utilizarea unor tratamente farmacologice intensive și de lungă durată în cazul copiilor, preferându-se pe cât posibil tratamentul psihologic (psihoterapia), suportul educațional adecvat și individualizat, terapia de familie. În depășirea impasului psihologic, se acordă o credibilitate importantă capacităților de dezvoltare naturală, resurselor compensatorii, bine activate, exersate și direcționate ale copilului. În cazul copiilor cu patologii psihice și neuropsihice pe fond organic, rolul farmacoterapiei este prioritar, fără a se exclude suportul psihoterapeutic-educational necesar.

Al treilea nivel de depistare și orientare a copiilor și adolescenților cu probleme către consult specializat, îl constituie școala, prin cabinetul de consiliere psihologică, prezent din ce în ce mai frecvent și în cadrul sistemului de învățământ din România, ca și pe plan mondial. Cabinetul de consiliere se confruntă nu doar cu probleme legate de orientarea vocațională a copiilor și liceenilor, ci și cu problemele lor de integrare socio-familială, problemele emoționale și de conturare a identității, deficitele de comunicare și ale imaginii de sine, crizele psihologice de tot felul. Astfel, un bun diagnostic psihologic, corelat cu observațiile asupra evoluției copilului într-un prim program de consiliere, a rezistenței, limitelor sau recidivelor lui simptomatologice, îl poate ajuta pe consilier să orienteze cazul către un alt nivel de asistare specializată

(clinica de psihiatrie, cabinetul de psihoterapie, un serviciu de sănătate mintală - mai ales când datele primare par să conducă spre suspectarea debutului unei afecțiuni psihice mai severe - v. debutul unor forme de schizofrenie în perioada adolescenței sau tulburări severe de comportament cu risc perturbator școlar și socio-familial).

#### Scopurile evaluării psihologice a copilului sunt:

1. Identificarea tipului de problemă actuală și a semnificației sale psihopatologice (natura, forma și intensitatea tulburărilor sau deficitelor de dezvoltare prezente, tipurile de procese psihice, abilități, performanțe și achiziții afectate).

2. Evaluarea modului în care problemele de bază ale copilului sunt legate de dezvoltarea sa, de contextul familial și social al existenței sale, de la naștere până în prezent.

3. Conturarea determinismului multiplu al tipului de tulburare predominantă și al celor asociate.

4. Elaborarea unui plan de intervenție psihologică (psihoterapeutică și educațională) adecvat.

Specificul evaluării copiilor, spre deosebire de adulți, constă în flexibilitatea modalității de abordare, fiind dificil de urmărit un plan prestabilit, demersul investigativ bazându-se pe corelarea unui număr foarte mare de informații, observații și măsurători psihodiagnostice obiective (testări). Este bine ca observațiile și informațiile vehiculate asupra copilului și familiei sale, de-a lungul mai multor interviuri inițiale să fie notate sistematic, dar discret, pentru a putea fi supuse ulterior unor comparații, filtrări și interpretări pertinente. Ideal este ca amândoi părinții să participe la interviul de evaluare, fiind utilă și prezența fraților, lucru de altfel nu foarte ușor de realizat în fapt. Prezența unui părinte sau a ambilor părinți la primul interviu este însă absolut necesară, și întrucâtva obligatorie, mai ales în cazul copiilor mici. Tot în cadrul primului interviu se asigură copilul și părinții de respectarea regulii confidențialității și se solicită permisiunea de a se putea culege informații necesare, de la profesori sau alte persoane de contact, utile pentru completarea imaginii asupra performanțelor și comportamentului copilului. Este necesar ca pe tot parcursul interviurilor evaluative să se adopte o atitudine deschisă, caldă și suportivă, care să faciliteze motivarea adecvată a copilului și familiei pentru înțelegerea, acceptarea și participarea implicativă, adecvată în tratamentul ce urmează a fi eventual parcurs. Respectul față de valorile și nevoile familiei, ca și față de nevoile, temerile și posibilitățile copilului trebuie făcut manifest, ca bază reală a unei bune colaborări în evaluare și tratament. Acesta va spori credibilitatea și seriozitatea ajutorului oferit, precum și compliance „actorilor“



principali într-un travaliu comun, bilateral acceptat. Oricare ar fi problema copilului, părinții sunt de la bun-început implicați, motivați și lămurii asupra faptului că autoritatea și încrederea copilului în ei nu va fi subminată, ba dimpotrivă, că ei pot constitui veritabili evaluatori și co-terapeuți în procesul de rezolvare a problemei. Pe de altă parte, psihologul, ca și medicul sau asistentul social implicați, trebuie să facă față cu maturitate, tact, discreție și eficiență eventualelor tentative de manipulare ale părinților sau chiar și ale copilului, care adesea acoperă o realitate psihologică și relațională mult mai subtilă, ce poate scăpa înțelegerii unui neavizat sau nespecialist. Părinții sunt încurajați să se exprime spontan, înainte de a li se adresa întrebări sistematice, țintite.

În cazul copiilor mai mici de 6 ani, interviurile și testările au loc în prezența părintelui și cu părintele, iar în cazul celor cu vârsta peste 6 ani, interviul inițial se desfășoară împreună cu părintele, apoi, separat cu copilul. În special în cazul copiilor suspecți de abuz fizic sau sexual, sau al celor cu evenimente familiale traumatizante importante, întâlnirile separate cu copilul, dar și cu părinții, de repetate ori, pot oferi cele mai prețioase indicii și elemente diagnostice. Dacă la primul interviu este bine ca familia să fie reunită, ceea ce permite o primă evaluare a relațiilor „afișate” și a regulilor de comunicare practicate în familia respectivă, ulterior este necesară interviuarea separată a copilului, părinților și a fiecăruia dintre soți, eventual a fraților, sau a unui bunic (după caz). După depășirea fazei de evaluare, la începutul conceperii și desfășurării planului terapeutic, se reiau întâlnirile reunite (copil/familie) având ca obiectiv clarificarea scopurilor și a participării specifice a fiecăruia în procesul terapeutic sau recuperator.

### II.3.2. Metodele de evaluare psihologică și psihodiagnostică a copilului

Cele trei modalități de evaluare interconectate sunt: observația, interviurile anamnestice repetate și testele psihologice.

Dacă în cazul primelor două metode există interferențe semnificative între evaluarea psihiatrică și cea psihologică, a treia modalitate – testele de dezvoltare și de performanță, scalele standardizate de maturizare socio-afectivă și de evaluare comportamentală – constituie apanajul strict al formației profesionale a psihologului clinician și/sau consilierului psiholog școlar și comportă în consecință, rigurile etice și deontologice de utilizare, aplicare și interpretare aparținând acestei competențe profesionale.

Este bine ca observațiile și datele anamnestice să poată fi confruntate în echipa formată din pedopsihiatru și psiholog, creându-se astfel beneficiul unei evaluări complementare, din două perspective – cea medicală, dominant simptomatologică, conectată la datele semnificative privind dezvoltarea fizică

și incidentele posibile somatice, neuro-cerebrale sau riscurile genetice, cu reflexul lor psihologic și perspectiva psihologică, etio-psiho-patogenică conectată la caracteristicile performanțiale, emoționale, comportamentale și resursele compensatorii specifice nivelului de dezvoltare al copilului, în contextul istoriei sale de viață și al sistemului său familial.

Observațiile asupra copilului în interacțiune cu membrii familiei sau cu mediul său social sunt extrem de importante, deoarece copilul, în special cel mic, nu are posibilitatea de a verbaliza complet sau adecvat trăirile, sentimentele, gândurile și atitudinile sale față de experiențele cu care se confruntă și nici dorința de a le exprima sau de a se face înțeles. De multe ori putem avea acces la acestea doar prin intermediul conduitei sale ludice sau simbolice. De aceea, desenul liber, desenul familiei, modelajul, jocul cu nisip, marionetele sau dramatizarea unor povești, colajul și alte tehnici provocative experiențiale sunt indispensabile în evaluarea psihodiagnostică a copiilor, ele acționând simultan și ca mijloace de suport (mediere) a efectelor terapeutice, adevărate vehicule provocative și catalizatoare ale procesului terapeutic analitic și restructurant.

În cazul copiilor mai mari (peste 7-8 ani), observația se completează și se desfășoară în cadrul unui interviu flexibil, dar care poate fi și structurat după câțiva pași-reper, după cum urmează (conform Modelului prezentat în Tratatul de Psihiatrie Oxford) și adaptat sau completat de noi:

Stabilirea unei atmosfere prietenoase și câștigarea încrederii:

Copilul este întrebat cum preferă să i se spună (se folosește prenumele său preferat).

Se începe o discuție despre subiecte neutre (sport, animale, jocuri, hobby, aniversări) înainte de a aborda problema propriu-zisă.

Când s-a stabilit o relație prietenească, se deschide discuția asupra problemei copilului în contextul vieții lui, a speranțelor și dorințelor sale, a ceea ce îi place și nu îi place în modul lui de a fi, de a trăi. Limbajul utilizat de psiholog trebuie să fie pe măsura capacităților de înțelegere ale copilului, evitându-se termenii de specialitate și preferându-se un limbaj simplu, clar, emoțional, cu expresivitate crescută, securizant, dar cu un grad suficient de mare de spontaneitate, sensibilitate și în context, cu umor care să destindă progresiv relația și să crească încrederea. Este absolut necesară evitarea tonului persiflator, ironic, rigid (v. limbajul de lemn) sau ostil. Aceasta presupune din partea psihologului un grad crescut de empatie și capacitatea de a iubi necondiționat copiii, factorul vocațional fiind important. Copilul poate fi provocat prin modalități indirecte, cum ar fi: „Dacă te-ai întâlni cu peștișorul de aur care îți spune că ar putea să-ți îndeplinească trei dorințe, care ar fi acestea?” sau „Dacă ai fi puilul unei leoaice părăsit de mămica lui, cum te-ai simți și ce ai face?” etc.

I se oferă posibilitatea de a-și exprima dorințele, preocupările și sentimentele în desen, joc sau dramatizare. Jocul de rol poate fi extrem de util, ca și marionetele sau desenul familiei, care pot fi punctul de plecare în cunoașterea relațiilor din propria sa familie, așa cum sunt ele percepute de copil și cum îl afectează pe acesta.

În timp ce se exprimă verbal, dar mai ales nonverbal, observațiile care reflectă modul de gândire, emoțiile sau comportamentul copilului sunt notate discret sau în momentele de blocaj, psihologul poate participa direct la jocul copilului sau la desen, intervenind minimal, atât cât să deblocheze emoțional micul pacient.

Se introduc treptat diverse teste sau scale de evaluare, sub formă de joc, fără a forța ritmul, acceptarea și motivația copilului, dar stimulându-i mereu curiozitatea sau interesul. Se vor evita testările prea îndelungi și obositoare, dar un test odată început, mai ales în cazul celor de performanță, se va urmări să fie dus până la capăt sau atât cât permit posibilitățile copilului. Nu ne vom grăbi să tragem o concluzie, mai ales ca urmare a faptului că la primul contact cu un psihiatru sau cu un psiholog, mulți copii pot fi tăcuți și retrași, fără ca aceasta să releve neapărat un simptom depresiv sau anxios. De aceea răbdarea în evaluare și introducerea mijloacelor de testare la momentul oportun sunt condiții ale realizării unei evaluări de calitate.

Este momentul unor contacte de evaluare comună, în echipă, solicitându-se după caz, de comun acord, consultații suplimentare, dacă nu au fost încă efectuate și sunt necesare (de ex. investigații somatice suplimentare) și coroborându-se datele examinărilor psihice de până acum. Se conectează datele suplimentare, cu privire la interviurile și observațiile făcute asupra familiei sau mediului social, școlar al copilului. Se aduc în discuție datele de diagnostic familial, acumulate în paralel de psiholog, printr-un travaliu evaluativ specific, ținut și se corelează cu observațiile pedopsihiatrilor și, după caz, ale asistentului social.

La finele etapei de evaluare, psihologul formulează un psihodiagnostic descriptiv al dezvoltării copilului, comparativ cu copiii normali de aceeași vârstă, precizează principalele tipuri de tulburări psihice și/sau de comportament, semnalează principalele resurse psihice compensatorii individuale, dar și familiale, precizează principalele limite și riscuri în receptivitatea familiei, ca și în posibilitățile de moment ale copilului. În baza acestei evaluări el formulează obiective pentru un plan de tratament psihoterapeutic și familial (după caz), ca parte integrantă dintr-un plan terapeutic și recuperator mai larg. La finele evaluării, psihiatrul și psihologul explică părinților și copilului (în funcție de vârstă) intențiile planului terapeutic și dacă vor contacta și alte persoane implicate (de ex. medicul generalist,

profesorul, asistentul social). Ei vor oferi informații clare asupra oricărui tratament propus și vor încuraja întrebările și discuțiile lămuritoare.

În cazul în care avizul echipei terapeutice indică mai curând sau în exclusivitate un demers psihoterapeutic individual, familial sau educațional, ori unul centrat pe optimizare comportamentală și consiliere, psihologul cu competență în consiliere/psihoterapie va prelua cazul și va aplica programul stabilit. La finele tratamentului psihologic, el va reevalua starea și achizițiile copilului și dacă este necesar, în caz de eșec sau răspuns terapeutic nesemnificativ va solicita o nouă evaluare psihiatrică ori va reorienta cazul către un terapeut cu mai multă competență.

### II.3.3. Evaluarea psihologică prin teste

Pentru conturarea unui psihodiagnostic complet se utilizează corelat testele de dezvoltare (abilități sau achiziții educaționale) – instrumente de măsurare de tip „screening”, testele de inteligență și performanță și testele proiective (pentru obiectivarea trăsăturilor de personalitate și a posibilelor tulburări emoționale și de comportament).

Dintre testele proiective cele mai frecvent folosite în cazul copiilor sunt testul desenului familiei, testul omulețului, testul culorilor, testul feței umane, testul arborelui, testul petelor negre Holtzman, testele situaționale bazate pe imagerie, metaforă și dramatizare, testul asociativ-verbal.

#### *Instrumente de testare de tip „Screening” și teste de dezvoltare*

Testele de măsurare de tip „screening” identifică acei copii cu risc de dezvoltare psiho-comportamentală sau care prezintă anumite handicapuri. Depistarea acestora se face cu intenția de a se alcătui programe speciale de intervenție educațional-terapeutică. Aceste teste cuprind anumite expectații privind diferitele dimensiuni ale comportamentului copilului pentru o anumită vârstă (motor, limbaj-comunicare, cognitiv, afectiv, relațional-social). Testarea de tip screening se face la nivel de comunitate, selectând copiii ce necesită evaluări intensive suplimentare în vederea precizării mai exacte a serviciilor educaționale și terapeutice necesare (v. Nicolae Mitrofan, „Testarea psihologică a copilului mic”, Edit. Press, 1997).

Într-o apreciere extrem de concentrată, J.S.Meisels și B.A.Wasik (1990) listează practic cele mai importante cerințe adresate acestor instrumente de măsurare și anume: să fie scurte, raportate la norme, ieftine, standardizate, în administrare, evaluate - scorate obiectiv, orientate către toate ariile dezvoltării, demne de încredere și valide. Cea mai bună dovadă de validitate o constituie corespondența dintre numărul copiilor trimiși pentru evaluare (deci fiind suspectați în a avea probleme) și numărul celor, care în mod real, necesită

servicii educațional-terapeutice speciale. De cele mai multe ori, testele de tip „Screening” sunt folosite în cadrul unui program mai amplu de măsurare și evaluare a copiilor dintr-o comunitate, care poate să cuprindă mai multe tipuri de investigații, după N.Peterson (apud. N.Mitrofan, op. cit., pag. 22):

Examinarea pediatrică:

Istoria dezvoltării copilului, obținută în baza interviului părinților sau a celor ce au grijă de copii. În acest scop pot fi folosite chestionarele sau listele de control.

Date de la părinți sau de la persoanele ce îngrijesc copiii privind problemele speciale sau preocupările lor în legătură cu copilul.

Evaluarea statutului general al evaluării copilului, folosind un instrument de măsurare tip „Screening”.

Revizuirea dezvoltării în 4 domenii: statutul fizic, dezvoltarea psihologică, statutul familial, statutul socio-cultural.

Dintre instrumentele de evaluare de tip „Screening” utilizate în prezent amintim:

- Testul Denver de evidențiere a achizițiilor în planul dezvoltării,
- Inventarul de dezvoltare Battelle,
- Testul de triere Brigance (revizuit) pentru grădiniță și copii de clasa I,
- Testul de triere Brigance pentru preșcolari,
- Inventarul de triere pe baza activităților de dezvoltare,
- Indicatorii dezvoltării pentru măsurarea efectelor învățării,
- Inventarul pentru trierea timpurii.

Profilele trierii timpurii:

- Testul de triere al lui McCarthy,
- Testul Miller de măsurare a preșcolarilor,
- Teste de măsurare tip „screening” pentru arii comportamentale specifice.

Testele de măsurare a dezvoltării sunt grupate pe nivele de vârstă și este foarte important ca în utilizarea lor să selectăm acele instrumente care corespund exact vârstei copilului evaluat.

Astfel, pentru **evaluarea dezvoltării noilor-născuți**, dispunem de scale speciale cu ar fi: Scala de măsurare a comportamentului copilului născut înainte de termen, Scala de măsurare a comportamentului neonatal, Măsurarea neurologică a copilului născut înainte de termen și la termen, Chestionar pentru temperamentul copilului (revizuit).

Pentru **evaluarea dezvoltării copiilor între 0 și 2-3 ani** se folosesc:

- Sistemul de evaluare, măsurare și programare pentru copiii foarte mici și mici,
- Scalele Bayley ale dezvoltării copilului,
- Carolina Curriculum pentru copiii foarte mici cu nevoi speciale,

- Profilul de dezvoltare al intervenției timpurii,
- Profilul achizițiilor învățării timpurii,
- Profilul Hawaii al învățării timpurii,
- Inventarul Minnesota de dezvoltare a copilului,
- Scalele ordinale ale dezvoltării psihologice.

Pentru **evaluarea dezvoltării copiilor preșcolari și a școlarilor mici**, cele mai utilizate sunt următoarele instrumente:

- Inventarul dezvoltării copilului,
- Inventarul diagnostic al lui Brigance pentru dezvoltarea timpurie (revizuit),
- Profilul achizițiilor învățării,
- Sistemul de planificare a serviciilor pentru copilăria timpurie,
- Carolina Curriculum pentru preșcolari cu nevoi speciale,
- Testul Gesell pentru preșcolari,
- Scalele de dezvoltare Gesell,
- Diagramele Gunzburg de evaluare a progresului,
- Scala de maturitate socială Vineland (care stabilește vârsta socială),
- Scala comportamentului adaptativ Nihira,
- Scale de achiziții educaționale (Analiza citirii - Neale, Testul Schonell de citire gradată și de pronunție gradată, etc.).

Foarte importante în evaluarea psihodiagnostică a copilului sunt **testele de inteligență și aptitudini**. Cele mai cunoscute și utile sunt:

- Scala de inteligență Stanford-Binet, care este o revizuire a testului inițial. Ea este utilă pentru copiii din clasa de mijloc sau cu aptitudini scăzute, fiind orientată mai mult pe aptitudini verbale.
- Scala de Inteligență pentru copii Wechsler - forma revizuită (WISC-R), care oferă un profil al aptitudinilor verbale și de performanță, fiind considerată o scală foarte bine standardizată. Nu poate fi folosită pentru un IQ mai mic de 40.
- Scala de Inteligență Wechsler pentru preșcolari și școlari mici (WPPSI), utilă pentru copiii între 4 și 6,5 ani, ca și pentru cei cu întârziere mintală.
- Scalele de aptitudini (britanice), cu 24 de subscale, adecvate vârstelor între 2,5 și 17 ani. Acoperă 6 domenii: viteza prelucrării informațiilor, gândirea, reprezentările spațiale, adecvarea percepției, memoria, aplicarea cunoștințelor.
- Testul de desen Goodenough-Harris, test de inteligență nonverbală pentru copiii de 3-10 ani.

Prezentarea în detaliu a acestor instrumente și caracteristicile lor de utilizare sunt prezentate în cartea lui N.Mitrofan, 1997 (op.cit).

Alte informații utile în evaluarea copilului sunt preluate de la profesori sau persoane de contact care pot oferi o imagine mai completă privind comportamentul copilului în clasă, în colectivitatea de copii, nivelul achizițiilor



și performanțelor, preocupările speciale, contextul familial și relațional, etc.. Pentru completarea tabloului investigativ în echipă, prezentăm în continuare, ca un instrument de lucru cu valențe structurante, Schema anamnezei și examinării psihiatrice după Graham (1986) preluată din tratatul de Psihiatrie Oxford citat anterior.

### *Schema anamnezei și examinării psihiatrice (după GRAHAM, 1986)*

#### 1. Natura și severitatea problemei actuale.

- frecvența;
- situația în care apare;
- factorii ce o provoacă sau o ameliorează;
- stresuri pe care părinții le consideră importante.

#### 2. Prezența altor probleme și acuze curente:

- somatice – cefalee, dureri gastrice;
- auzul, văzul;
- convulsii, leșinuri, alte tipuri de „atacuri”;
- probleme de alimentație, somn sau excreție;
- relații cu părinții și frații (afecțiune, înțelegere);
- relații cu alți copii, prieteni deosebiți;
- nivelul de activitate, aria de atenție, concentrarea;
- dispoziția, nivelul energetic, tristețe, suferință depresie, sentimente legate de sinucidere;
- nivelul general de anxietate, frici specifice;
- răspunsul la frustrare, crize de furie;
- comportament antisocial, agresivitate, furt, chiul;
- achiziții educaționale, atitudinea față de mersul la școală;
- interesul și comportamentul sexual;
- orice alte simptome, ticuri, etc.

#### 3. Nivelul curent de dezvoltare:

- limbaj, înțelegere, complexitatea vorbirii;
- aptitudini spațiale;
- coordonare motorie, neîndemânare;

#### 4. Structura familiei:

- a. Părinții – vârsta, ocupația;
  - starea somatică și emoțională curentă;
  - istoric de tulburare somatică sau psihiatrică;
  - ce se întâmplă cu bunicii.
- b. Frații – vârsta, existența problemelor.
  - condiții acasă, condiții pentru dormit.

#### 5. Funcționarea familiei:

- calitatea relației dintre părinți, afecțiunea mutuală, capacitatea de a comunica și rezolva problemele, împărtășirea atitudinilor față de problemele copilului;
- calitatea relației părinte-copil, interacțiunea pozitivă, agreerea reciprocă, nivelul de nemulțumire, ostilitate, respingere al părinților;
- relația cu frații;
- modelul general al relațiilor de familie, alianță, comunicare, excludere, tendința de a găsi „țapi ispășitori”, confuzii între generații.

#### 6. Istoricul personal:

- sarcină, complicații, medicație, febră de natură infecțioasă;
- nașterea și starea la naștere, greutatea la naștere, nevoia de îngrijiri speciale după naștere;
- relația precoce mamă-copil, depresia maternă post-partum, modurile inițiale de alimentație;
- caracteristicile temperamentale precoc: comod sau dificil, schimbător, sugar sau copil mic fără astâmpăr;
- date importante (se vor obține detalii exacte numai dacă sunt în afara normalului);
- boli și leziuni trecute, spitalizări;
- separări care au durat o săptămână și mai mult, felul îngrijirii de substituție;
- istoria școlarizării, ușurința de a urma școala, progresul educațional.

#### 7. Observarea stării emoționale și a comportamentului copilului:

- aspect, semne de dismorfism, stare nutrițională, semne de neglijare, echimoze, etc.;
- nivelul de activitate mișcări involuntare, capacitate de concentrare;
- dispoziție, expresie sau semne de tristețe, suferință, anxietate, tensiune;
- raportul creat, capacitatea de a intra în legătură cu medicul, contactul vizual, vorbirea spontană, inhibiție și dezinhibiție;
- relația cu părinții, afecțiunea arătată, resentimente, ușurința separării;
- obiceiuri și manierisme;

- prezența delirului, halucinațiilor, tulburărilor de gândire;
- nivel de conștiință, indicii de epilepsie minoră.

#### 8. Observarea relațiilor intrafamiliale:

- modele de interacțiune, alianțe, țapi ispășitori;
- claritatea limitelor dintre generații, încurcături;
- ușurința comunicării dintre membrii familiei;
- atmosfera emoțională a familiei, căldură mutuală, tensiune, critici.

#### 9. Examenul somatic al copilului:

- se va nota orice asimetrie facială;
- mișcările ochilor: vom cere copilului să urmărească un deget care se mișcă și vom observa mișcările ochilor – strabism, necoordonare.
- apoziția deget-police: vom cere copilului să pună fiecare deget pe police în succesiune rapidă; vom observa neîndemânarea, slăbiciunea.
- copierea, desenarea unui om;
- observarea abilității și dexterității în desen;
- observarea competenței vizuale în desen;
- săritura pe loc;
- săritura într-un picior;
- auzul: capacitatea copilului de a repeta numere șoptite la 2 m în spatele lui.

## Capitolul III Psihogeniile la vârsta copilăriei

### III.1. Clasificarea psihogeniilor la copil

Psihogeniile la vârsta copilăriei se împart în trei categorii:

#### A. Reacțiile psihogene:

1. Reacții acute:
  - De șoc
  - De subșoc
2. Reacții subacute:
  - Reacția depresivă
  - Reacția paranoidă
  - Reacția pseudocatatonică
  - Forma de protest

#### B. Nevrozele:

1. Dereglări ale regimului zilnic de viață:
  - a. Anorexie (simplă sau mentală)
  - b. Bulimie
  - c. Constipație
  - d. Diaree
  - e. Vărsături
2. Deprinderi nevrotice:
  - a. Dureroase
  - b. De plăcere
3. Nevroze propriu-zise:
  - La preșcolar – stări prenevrotice:
    - Spasmul hohotului de plâns
    - Crize de furie
    - Manifestări anxioase
    - Manifestări funcțional – isterice
  - La școlarul mic:
    - Ticurile:
      - simple (de scurtă durată și cronice)
      - complexe (de scurtă durată și cronice)
    - Boala lui Gilles de la Tourette
    - Enurezisul
    - Encompresul
    - Balbismul
    - Tulburări cardiace, respiratorii și digestive

#### 4. Tulburările anxioase ale copilăriei:

- a. Anxietatea de separație
- b. Tulburarea evitantă a copilăriei
- c. Anxietatea excesivă
- d. Fobiile
- e. Panica
- f. Tulburarea obsesiv-compulsivă
- g. Stresul posttraumatic

#### C. Dezvoltările prevalente de personalitate la copil

### III.2. Reacțiile psihogene la copil

Aceste tulburări psihice se apropie foarte mult de nevroze la vârsta copilăriei și adesea se confundă cu ele prin faptul că ambele categorii sunt în ultimă instanță tot reacții patologice declanșate psihogen. Stările reactive sunt acele tablouri de suferință psihică care urmează imediat unei traume psihice de intensitate mare și de durată scurtă. Prin traumă psihică înțelegem orice situație șocantă și cu adânci rezonanțe negative pe plan afectiv pe care copilul o trăiește acasă, la școală sau în grupul de prieteni.

Caracteristicile principale ale reacțiilor psihogene sunt: au o durată scurtă, au un prognostic mai bun decât nevrozele, adică șansele de recuperare completă și fără urmări în activitatea viitoare a copilului sunt mari, nu presupun neapărat existența și a unor factori favorizanți, deci este suficientă doar situația traumatizantă în sine pentru a declanșa reacția, de obicei trauma psihică este atât de mare, încât obligă copilul să treacă la un stereotip nou de viață, legătura dintre traumă și reacție (cauză-efect) este imediată, cu alte cuvinte, copilul reacționând patologic la foarte scurt timp după producerea evenimentului traumatizant.

Reacția este un răspuns patologic al copilului ale cărui capacități de adaptare sunt depășite din cauza vitezei, intensității și caracterului neașteptat al traumei. Este un răspuns paradoxal, disproporționat, din cauza perturbării bruște a dinamicii activității nervoase superioare.

Reacțiile sunt cu atât mai frecvente cu cât vârsta copilului este mai mică datorită structurilor insuficient dezvoltate. Cu cât copilul este mai mic, rezistența lui la traume este mai scăzută, capacitatea de generalizare este mai mare, iar reacția va avea un caracter mai primitiv.

Trauma care declanșează astfel de reacții este de obicei de intensitate foarte mare, producând modificări de conștiință, motorii și vegetative.

Mecanismul patogenetic prin care se produc aceste reacții este unul de scurtcircuitare, răspunsul fiind paradoxal sau ultraparadoxal la starea de conflictualitate.

Reacțiile psihogene se împart în două categorii (Ghiran, 1991), după tabloul lor clinic: reacții acute și reacții subacute.

**1. Reacțiile acute** sunt mai frecvente la copiii mici, preșcolari, datorită imaturității funcțiilor corticale. Ele pot apărea însă și la copii de vârstă școlară mică, mai frecvent la oligofreni, deoarece aceștia au o capacitate de deliberare slabă și cu tendințe marcate spre reacții primitive. La baza prezenței reacțiilor acute la copiii mici și oligofrenii de vârstă școlară stă incapacitatea lor de a delibera, de a aprecia valoric semnificația traumei. Intensitatea acestei reacții este foarte mare, lăsând impresia: fie a unei „morți aparente” în formele inhibitorii, fie manifestându-se cu agitație psihomotorie mare în formele de excitație.

După gravitate avem reacții acute de șoc și de subșoc. Acestea se deosebesc doar prin vitezele de instalare și prin intensitatea simptomelor. În ambele cazuri apare o dereglare cortico-viscerală gravă și o perturbare a mecanismelor centrale de reglare.

Ambele forme pot evolua în două moduri: cu proeminența proceselor de excitație, manifestându-se cu agitație psihomotorie și având un aspect de panică, sau cu proeminența proceselor de inhibiție, în acest caz lăsând impresia de moarte aparentă.

Durata unei reacții acute psihogene este de câteva zile.

În evoluția reacțiilor acute psihogene se pot descrie trei faze:

**Faza I:** are cu o durată de la câteva ore la câteva zile. În această fază se produce o dereglare profundă a activității psihice. Apare disoluția conștiinței, care poate merge până la obnubilare, până la pierdere completă a sa. Datorită suprasolicității emoționale la care a fost supus copilul se dezvoltă o stare, de anxietate, de teamă fără obiect, pe fondul căreia apar accesele de panică. Copilul prezintă tulburări de somn profunde. Apar iluzii, halucinații și idei delirante nestabile. Acest tablou psihic este însoțit de tulburări motorii: fie excitație la copiii mari, fie inhibiție la copiii mici. Alterarea stării psihice este însoțită și de o serie de tulburări psihosomatice: tulburări senzoriale (văz, auz), tulburări de reglare viscero-vegetative (tahicardie pronunțată, tensiune arterială crescută, transpirații, diureză, vărsături, febră) și tulburări de vorbire (care împreună cu cele de conștiință fac imposibil contactul cu copilul).

Faza a II-a: începe atunci când organismul și-a recăpătat în mare echilibrul viscerovegetativ, tulburarea de conduită a trecut și starea generală s-a îmbunătățit. Copilul este acum într-o permanentă stare de tristețe, este astenic și acuză dureri de cap (cefalee) și neliniște interioară. Îi scade foarte mult randamentul intelectual, capacitatea de memorare și capacitatea de concentrare a atenției. Prin cap îi trec tot felul de idei cu caracter depresiv, adesea de suicid. La unii copii, pe fondul acestei stări depresive apar tulburări de comportament: grosolănie, impulsivitate, iritabilitate, tendințe la vagabondaj. Acestea însă au un caracter trecător și nu au semnificația alterării personalității copilului. Durata acestei faze este mai mare decât cea a primei faze. Copiii devin receptivi (reactivi) la propria lor suferință. Ei pot trece într-o stare de conflict care să stea la baza organizării unui tablou nevrotic ulterior.

Faza a III-a: este faza de convalescență. Acum are loc un proces de vindecare progresiv. Copilul continuă să fie astenic, însă fără elemente depresive. Este încă labil pe plan emoțional și foarte iritabil. Caracteristică acestei faze este apariția unor semne cu caracter nevrotic: pavor nocturn, ticuri, enureză și balbism. Abia acum personalitatea copilului începe să participe activ la situație, să o trăiască conștient. Din această cauză este posibil ca unii copii să rămână cu anumite „sechele” în organizarea ulterioară a personalității.

2. Reacțiile subacute sunt caracteristice copiilor mai mari și cu organizare psihică mai bună. Traumele care provoacă acest tip de reacții sunt de intensitate și viteză mai reduse. O altă caracteristică importantă este aceea că nu se alterează starea de conștiință a copilului. Se cunosc patru forme ale reacțiilor nevrotice subacute ce se pot manifesta între 6 și 10 ani.

**Reacția depresivă** - seamănă cu nevroza depresivă, dar intensitatea simptomelor este mai mare și pericolul suicidului este mai prezent. Tulburarea se manifestă prin: tulburări de afectivitate (tristețe de mare intensitate, pregnant exprimată în expresia feței și în activitatea generală a copilului: mimica redusă, fața palidă, ochii umezi gata permanent de plâns, glasul stins, mișcări încetinite), copilul adoptă o atitudine de izolare, devine necomunicativ, are idei delirante cu caracter depresiv (fie de devalorizare a propriei persoane, fie de suicid), are tulburări de somn și vise cu caracter terifiant, chiar refuză să mănânce (anorexie), fapt ce duce la alterarea stării generale și la scăderea randamentului intelectual, acuză dureri de cap (cefalee) și constipație. Uneori intensitatea trăirii dureroase și a anxietății este atât de mare încât poate apărea un comportament de demisie (nu mai vrea să trăiască).

**Reacția paranoidă.** Pentru apariția acestui tip de reacție este necesară, pe lângă trauma psihică, și prezența unor particularități constituționale de tip paranoid, care permit trecerea mai ușoară la înțelegerea greșită a realității.

Personalitatea paranoidă se caracterizează prin: sensibilitate exagerată, suspiciune și neîncredere, fapt ce o determină să presupună că adevărul se ascunde dincolo de vorbele interlocutorului, dincolo de faptele care i se înfățișează; aspectele aparent întâmplătoare sunt corelate într-un sistem și sunt argumentate adeseori într-o manieră plauzibilă. (Dicționar Enciclopedic de Psihologie, 1997).

În ceea ce privește mecanismul prin care se formează acest caracter interpretativ, păreri sunt împărțite. Astfel, unii autori consideră că el se poate forma în timp sub acțiunea unor situații stresante de durată care generează o permanentă stare de teamă. Aceste situații stresante pun copilul într-o permanentă stare de așteptare anxioasă. În antecedentele acestor copii, de cele mai multe ori se remarcă prezența unor acțiuni nedrepte îndreptate asupra lor. Acești copii au în general o sugestibilitate crescută.

Alți autori susțin că insomnia de durată poate fi o cauză a formării unei personalități premorbide de tip paranoiac. Astfel, insomnia duce la epuizarea sistemului nervos central și implicit la amplificarea anxietății. Drept urmare, are loc o scădere a capacității de integrare și corecție și apare prelucrarea paranoidă a realității.

Reacția de tip paranoid are următoarea evoluție: începe cu o alterare acută a stării generale, însoțită de elemente confuzive, se modifică comportamentul față de școală și familie, copilul se retrage din viața obișnuită, îi scade randamentul școlar, apare o inversare afectivă față de părinți și prieteni, devine bănuitor și interpretativ (ideile de acest tip fiind întărite de tulburările de percepție iluzorii), nu vede în jurul său decât dușmani care coalizează în urmărirea lui. Tulburarea apare la copiii mai mari. Durata este mai mare decât la forma depresivă.

**Reacția pseudocatatonică** este o formă mai rară, ea apărând în special la copiii mai mari și la oligofreni. Tulburarea se instalează lent, dar în câteva zile ajunge la intensitatea unui tablou catatonice (se instalează greu față de alte tulburări catatonice de origine toxiinfecțioasă sau schizofrenică). Apar pusee de hipertimie și elemente delirante, care duc la alterarea stării generale. Copilul manifestă o anxietate constituțională. De obicei copilul a avut o reacție anxioasă în antecedente. Durata reacției este mai mare decât cea a formelor anterioare și copilul necesită asistență medicală intensă.

**Reacția de protest** se manifestă printr-o alterare comportamentală bruscă ce îmbracă caracterul unui protest față de situație. Copilul are atitudini deliberate de opoziție. Tulburarea se manifestă ca reacție la o situație traumatizantă. Înaintea traumei, copilul nu a manifestat tulburări de comportament. Protestul copilului ia forma unor crize de furie cu tendințe agresive, el își poate abandona obligațiile școlare și poate recurge chiar la vagabondaj, furt, consum de alcool, etc.

### III.3. Nevrozele copilăriei

Persoana care suferă de nevroză manifestă lipsă de energie și elan, trăiește o permanentă stare de neliniște interioară, nesiguranță a memoriei, incapacitate de concentrare a atenției, insomnie și un disconfort general pe plan biologic. Nevroza este o reacție psihogenă la o stare de conflictualitate psihică, în care conflictul este de intensitate mică sau medie și de durată lungă. Acest conflict perturbă echilibrul cortico-diencefalic și ca expresie a acestei perturbări apar tulburările neuro-vegetative (trăite ca boli organice) și o scădere a randamentului și a posibilităților generale.

Principalele particularități ale nevrozei sunt: este o boală de intensitatea cea mai mică, nu perturbă calitativ conștiința și personalitatea, nu presupune niciodată o leziune biologică (este pur psihogenă și are o reversibilitate absolută), în timpul manifestării ei nu apar tulburări de reflectivitate (halucinații, delir, etc.). Individul are aparența de normalitate, dar cum a intrat în conversație se plânge de suferința lui, mai exact se plânge de tulburările vegetative ce sunt numai expresia dereglării vieții psihice și nu tulburări organice propriu-zise. Bolnavul își amplifică suferința, dar are conștiința bolii.

Această stare de conflictualitate presupune o suferință psihică de lungă durată. Izvorul suferinței la copil constă în atitudinea persoanelor semnificative față de el. Gama posibilităților lui de a se organiza clinic este mai mare (Ghiran, 1991). Modul de manifestare a nevrozei, semnele sale, sunt dependente de faza de dezvoltare în care se găsește copilul. Este greu de stabilit momentul de debut al nevrozei, deoarece unele simptome pe care le considerăm în timp ca expresia unei nevroze monosimptomatice, în anumite perioade au caracter fiziologic (ex: enurezisul, balbismul, etc.).

Este necesar să ținem cont de faptul că dezvoltarea personalității copilului este neterminată. Deoarece nu știm cum se va dezvolta în viitor, nu putem stabili nici perspectiva nevrozei decât cu mare probabilitate, prin raportare la mediu. Nu o putem considera caracteristică pentru o anumită simptomatologie nevrotică.

La copil, spre deosebire de adult, tulburarea nevrotică nu constituie izvorul primar al suferinței. Apare rar sentimentul de invaliditate pe care îl trăiesc adulții în raporturile lor sociale, determinat mai ales de scăderea randamentului.

Simptomele nevrotice la copil sunt mai puțin închegate într-o structură unitară complexă ca la adult. La copil nevrozele evoluează mai sărac, adesea monosimptomatic.

Cauzele nevrozelor la copil: există trei categorii de cauze (Ghiran, 1991):

a) Declanșante: conflictul

b) Favorizante: țin de condițiile mediului în care trăiește copilul. Aceste condiții, prin insuficiența lor, cauzează o anumită epuizare a sistemului nervos central, creând condițiile pentru posibilitatea decompensării nevrotice a copilului.

c) Predispozante: țin de constituție (sensibilitate exagerată, tip slab de sistem nervos, copii timizi, care se rănesc sufletește foarte ușor sau copii cu leziuni encefalopatice, etc.).

Noțiunea de conflict cuprinde toate situațiile care presupun o tensiune psihică negativă determinată de concomitența a cel puțin două motive de mare semnificație subiectivă pentru individ, care depășesc capacitatea de adaptare a copilului și îl pun în imposibilitatea de a se elibera de această tensiune. Conflictul (tensiunea) durează o perioadă scurtă și este de intensitate mică sau medie.

Vârsta determină semnificația mai mare a unora sau altora dintre conflicte pentru dereglarea activității psihice a copilului. Fiecare vârstă își are conflictele caracteristice. Nu toate conflictele duc la nevroze. Există mecanisme de compensare. Eșuarea lor duce la nevroză. Cele mai frecvente mecanisme de compensare la copiii școlari se localizează fie la nivelul fanteziei (caută soluții în fantezia lor), fie în planul realului (dau vina asupra altuia sau fug din situație).

Situații conflictuale se pot dezvolta la copil încă din primele zile de viață extrauterină. Mecanismul de instalare a nevrozei infantile poate fi reprezentat astfel ca în fig. 1.

Putem vorbi despre nevroză numai atunci când dezvoltarea personalității copilului a atins un așa nivel, încât este capabil să reacționeze nu numai la tensiunea conflictuală, dar și să trăiască subiectiv această tensiune, să o interiorizeze și să-și elaboreze mecanisme de apărare împotriva ei. Aceste lucruri sunt posibile abia după 7 ani.

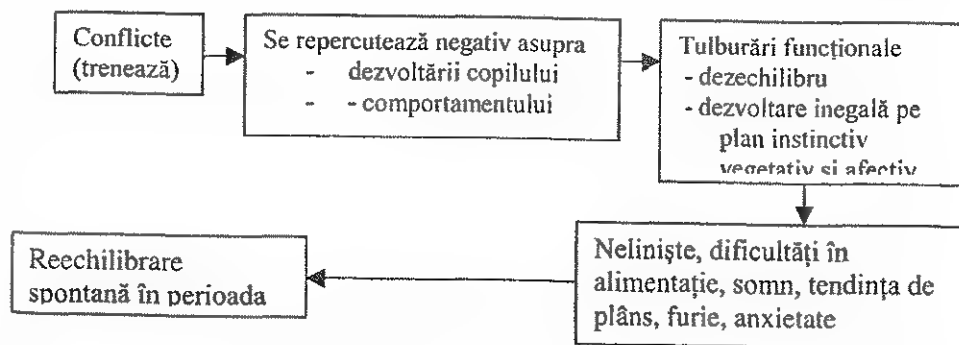


Fig. 1: Mecanismul de instalare a nevrozei infantile (după Ghiran, 1991)

Nevroza apare când mecanismele de apărare au eșuat.

La copil putem vorbi despre trei forme ale nevrozei: dereglările regimului de viață, deprinderile nevrotice și nevrozele propriu-zise.

### \* 1. Dereglările regimului de viață

Survin în domeniul activității instinctive, sub influența conflictelor și a condițiilor de viață nesatisfăcătoare. Aceste dereglări sunt:

#### \* 1. *Anorexia* - lipsa poftei de mâncare.

a) Simplă - pierderea poftei de mâncare fără o cauză digestivă; este o consecință a dereglării activității secretorii digestive sub influența stării de tensiune negativă; apare ca expresie a unei stări tensionale subiacente.

b) Mentală - pe fondul subnutriției cronice tulburarea psihică inițială se accentuează: pacientul devine apatic, depresiv (idei de inutilitate), umil și pierde controlul conștient asupra stării sale, fapt ce complică posibilitatea de redresare a funcției alimentare. Are la baza o stare de conflictualitate, mai ales cu părinții. Merge la 25% mortalitate. Copilul își controlează tot mai bine motivația de foame. Este mai frecventă la fete în perioada pubertății (11-15 ani). Se deformează imaginea corporală. Își produc manevre prin care își controlează alimentația (diaree, vărsături, aruncă mâncarea). De multe ori viața endocrină nu se mai reface, apar tulburări trofice la nivelul pielii și scade secreția digestivă. Apare pervertirea instinctului alimentar. Cea mai mare tulburare este în percepția propriei imagini corporale. Au și comportamente de tip depresiv.

2. *Bulimia* - exagerarea poftei de mâncare. Uneori vine după o stare de anorexie mentală, în faze mai grave de trecere a anorexiei mentale. Rar apar dereglări hipotalamice.

#### 3. *Constipația*

#### 4. *Diareea*

#### 5. *Vărsăturile*

### 2. Deprinderile nevrotice

Uneori tensiunea conflictuală duce la găsirea unor îndeletniciri cu ajutorul cărora copilul se degajează de tensiune. Sunt mai bine inserate și prind contur asupra personalității.

\* 1. *Dureroase* - caută prin deprinderi să-și producă dureri, pentru rezolvarea unor conflicte. Caută astfel să scape de tensiunea produsă de starea de conflict (tensiune subiacentă produsă de situațiile normale de viață). Ex: omicofagia, scobitul în nas, mușcarea buzelor, smulgerea părului, frecarea unor leziuni cutanate până la leziune.

\* 2. *De plăcere* - căutarea plăcerii, care vine să reechilibreze starea tensională.

Ex: sugerea degetului, onanie, etc.

3. *Nevrozele propriu-zise* se manifestă diferit în funcție de vârsta copilului.

A. La preșcolari vorbim despre așa-numitele stări prenevrotice. Aceste manifestări au un caracter paroxistic, constituind dezechilibre psihice de scurtă durată. Deși există un anumit tip de organizare, ele nu pot fi denumite nevroze. Se corectează ușor și nu necesită tratament medicamentos. Ele îmbracă următoarele forme:

- spasmul hohotului de plâns - între 3 și 6 ani,

- crizele de furie - în perioada de negativism primar (2-3 ani),

- manifestările anxioase - apar în special seara și pot merge până la crize de panică și pavor nocturn, starea de tensiune descărcându-se în vis,

- manifestările funcțional-isterice.

B. La școlarul mic nevrozele îmbracă următoarele forme:

*Ticurile* sunt mișcări sau vocalizări involuntare, bruște, rapide, nonritmice și stereotipe. Aceste mișcări apar în starea de veghe fără a exista un scop care să motiveze acțiunea. Sunt repetitive, localizate și pot fi controlate prin concentrarea atenției. Ticul este experimentat de copil ca irezistibil, dar poate fi suprimat pentru intervale variabile de timp. Ticurile pot apărea fie în urma unor traume de natură psihologică, fie prin imitație, fie prin fixarea unor mecanisme de apărare. Ticurile pot fi de două tipuri: motorii și vocale. La rândul lor, fiecare dintre acestea pot fi simple sau complexe. Ticuri motorii simple sunt clipitul, ridicatul din umeri sau grimasele faciale. Ticuri motorii complexe sunt gesturile faciale, comportamentele de curățire, autolovirea, mușcarea, săritul, etc. Ticuri vocale simple sunt tușitul, dresul vocii, murmuratul, etc. Ticuri vocale complexe sunt repetarea de cuvinte sau de expresii în afara contextului, utilizarea de cuvinte inacceptabile social, chiar obscene (coprolalia), repetarea ultimului sunet auzit (ecolalia), etc. (DSM-III-R). O formă particulară de tic întâlnită destul de frecvent la copii este tulburarea Gilles de la Tourette. Aceasta combină ticuri motorii simple cu unul sau mai multe ticuri vocale.

*Enurezisul* sau discontrolul urinar poate apărea la copiii de peste 2-3 ani, cu pierdere involuntară de urină. Când enureza se manifestă la un copil de vârstă școlară, ea este o regresie pe scara achizițiilor, generată de o situație conflictuală. Este o formă de apărare patologică, o modalitate prin care copilul încearcă inconștient să atragă atenția anturajului asupra unei situații pe care n-o poate tolera. Atitudinea anturajului are darul de a întări simptomul. Astfel, pe



măsură ce toleranța celor din jur scade, manifestările copilului câștigă în complexitate, apărând elemente astenice și obsesiv-fobice ce se reflectă în personalitatea copilului (devine timid, nesigur, și chiar fricos). Enurezisul poate fi diurn, nocturn sau mixt.

**Encopreza**, sau pierderea scaunului, este o perturbare a deprinderilor complexe. Poate să meargă în comun cu enureza sau separat. Fragilizează psihicul și devine ca un handicap producător de rușine.

**Balbismul** este o deteriorare în fluența vorbirii caracterizată prin repetări frecvente sau prelungiri de sunete sau silabe. Este o problemă mai ales dacă apare după o perioadă de dezvoltare normală a limbajului (3-4 ani). Copilul trăiește dureros această disritmie, deoarece până la apariția tulburării el își formase deja o relație cu lumea, relație pe care o vede acum clătănându-se.

**Tulburările cardiace, respiratorii și digestive** sunt cauzate de tensiuni conflictuale proiectate pe aparatul cardio-vascular, respirator sau digestiv.

**Cefaleea** sau durerea de cap manifestată cronic este considerată un simptom al nevrozei infantile. Ea se rezolvă atunci când se descoperă starea de conflictualitate care a generat-o și se soluționează.

#### 4. Tulburările anxioase ale copilăriei

Anxietatea este o stare afectivă vagă, difuză, de neliniște, de apăsare, tensiune, îngrijorare și teamă nemotivată, fără obiect, care este neconformantă din punct de vedere psihologic (Dicționar de psihologie). Persoana în cauză trăiește sentimente intense de insecuritate.

Tulburările anxioase ale copilăriei sunt o categorie ce include stările nevrotice în care anxietatea este elementul clinic predominant. Putem vorbi despre trei forme de manifestare la copil: anxietatea de separație, tulburea evitantă a copilăriei și anxietatea excesivă (DSM-III-R). În primele două categorii anxietatea este centrată pe situații specifice. În cea de-a treia categorie anxietatea este generalizată la o varietate de situații.

Adițional acestor trei forme specifice copilăriei, putem vorbi și despre alte tulburări anxioase care apar și la adulți: fobia simplă, fobia socială, panica, tulburarea obsesiv-compulsivă și tulburarea stresului posttraumatic.

**1. Anxietatea de separație.** Principalul simptom după care se recunoaște această tulburare este anxietatea excesivă în legătură cu separarea de cei de care copilul este atașat. Când survine separarea, copilul poate experimenta o anxietate mergând până la panică. Reacția o depășește pe cea așteptată la nivelul de dezvoltare al copilului.

Copilul care suferă de anxietate de separare este incomodat când călătorește departe de casă sau de alte locuri familiare. El refuză să-și viziteze

prieteni, să meargă în tabără sau la școală, să doarmă la un prieten. Poate fi incapabil să stea singur într-o cameră. Prezintă un comportament adeziv, strâns lipit de părinți, urmărindu-i prin toată casa.

Pe lângă aceste simptome comportamentale, atunci când copilul anticipează o eventuală separare apar și o serie de acuze somatice: dureri gastrice, cefalee, greață. La copiii mai mari și la adolescenți apar simptome cardiovasculare: palpitații, amețelă, leșinuri.

Când sunt separați de persoanele de care sunt atașați acești copii sunt adesea cuprinși de frici morbide, gândindu-se că atât ei, cât și ceilalți s-ar putea îmbolnăvi sau ar putea suferi un accident. Ei își exprimă teama de a nu fi pierduți și de a nu se mai întâlni niciodată cu persoanele respective. Copiii mici au preocupări mai puțin specifice, mai amorse. Pe măsură ce copilul crește, fricile se pot sistematiza în jurul unor pericole potențiale identificabile.

Majoritatea copiilor mai mici acuză anxietate pervazivă în legătură cu pericolele unei anumite maladii sau în legătură cu moartea.

Când separarea este amenințătoare sau iminentă apare anxietatea anticipatorie. Copiii mici suferă numai când separarea survine realmente.

Copiii cu această tulburare au adesea frici de animale, de monștri și de situații care sunt percepute ca prezentând pericol pentru integritatea lor și a familiei. Pot avea frici exagerate de hoți, spărgători, răpitori de copii, de accidente de automobil sau de călătoria cu avionul, preocupări în legătură cu agonia și moartea.

Ei au dificultăți în a merge la culcare și insistă ca cineva să stea cu ei până adorm. Își pot face drum spre patul părinților sau al unui frate, pot dormi lângă ușa de la dormitorul părinților sau pot avea coșmaruri al căror conținut exprimă fricile morbide ale copilului.

Pot să nu experimenteze toate acestea, dar în schimb să fie cuprinși de dor de casă și de nostalgie, mergând până la disconfort sau chiar panică. Atunci când se află departe de casă, își doresc din tot sufletul să se întoarcă acasă și sunt preocupați de fantezii de reunire.

Acești copii pot prezenta episoade recurente de retragere socială, apatie, tristețe sau dificultate de concentrare în muncă sau în joc. Ocazional pot deveni violenți față de o persoană care forțează separarea.

Pe lângă aceste simptome, pot apărea o serie de elemente asociate:

1. frica de întuneric - pot relata că văd ochi ațintiți asupra lor în întuneric, că animale mitice îi privesc feroce, ori că niște creaturi sângeroase se reped la ei;
2. dispoziția depresivă - devine mai persistentă în decursul timpului, justificând diagnosticul adițional de distimie sau de depresie majoră;
3. sunt pretențioși, intruzivi și cu o necesitate de atenție constantă;
4. se plâng că nimeni nu-i iubește și nu are grijă de ei. Își doresc să fie morți, în special dacă separarea este forțată;

4. alții sunt extrem de conștiincioși, supuși și dornici să placă;

5. când nu sunt făcute nici un fel de cereri de separare, copiii cu anxietate de separare nu au de regulă dificultăți interpersonale.

În formele sale severe, tulburarea poate fi foarte incapacitantă, copilul fiind incapabil să frecventeze școala și să funcționeze independent.

Această tulburare se dezvoltă după unele traumatisme din viață, de regulă o pierdere, moartea unei rude sau a unui animal iubit, o maladie a copilului sau a unei rude, ori o schimbare în ambianța copilului. Este mai frecventă în familiile strâns unite și afectuoase.

Într-un studiu realizat în 1987, Francis, Last & Strauss (S. Turner & colab., 1992) au investigat simptomele anxietății de separație pe un lot de 45 copii cu vârste cuprinse între 5 și 12 ani. Ei au constatat existența unor diferențe semnificative între copiii de 5-8 ani față de cei de 9-12 ani. Copiii mai mici prezintă o simptomatologie mai bogată, din care nu lipsesc coșmarurile din timpul nopții și distresul în urma separării.

**2. Tulburarea evitantă a copilăriei.** Această tulburare se manifestă printr-o timiditate excesivă la contactul cu persoane nefamiliare, care este de suficientă severitate pentru a interfera cu activitatea socială în relațiile cu egalii, pe o durată de cel puțin 6 luni. Această timiditate este cuplată cu dorința clară de implicare socială cu oameni familiari. Relațiile cu membrii familiei și cu alte persoane familiare sunt calde și satisfăcătoare.

Un copil cu această tulburare apare ca fiind retras social, jenat și timid când se află în compania unor persoane nefamiliare și va deveni anxios când i se face chiar și cea mai banală cerere de a interacționa cu străinii. Când anxietatea socială este severă, copilul poate deveni incoerent sau mut, chiar dacă aptitudinile sale comunicaționale nu sunt alterate.

Acești copii nu sunt agresivi, dar sunt lipsiți de încredere în ei. Tulburarea apare rar singură, fiind însoțită de regulă de o altă tulburare anxioasă, cum ar fi anxietatea excesivă.

Aceste probleme încep de regulă să se manifeste în primii ani de școală, în cadrul contextului de oportunități crescute de contact social. Cu timpul, la unii copii se ameliorează spontan, în timp ce alții experimentează o evoluție episodică sau cronică. În cazurile grave apare o deteriorare severă în activitatea socială.

**3. Anxietatea excesivă.** Copilul care suferă de anxietate excesivă tinde să fie extrem de sfios, se teme de evenimente viitoare, cum ar fi examinările, posibilitatea unei vătămări sau includerea în activitățile de grup ale egalilor. Se teme în legătură cu satisfacerea așteptărilor, cum ar fi punctualitatea,

respectarea dispozițiilor date, efectuarea unei activități de rutină. Este extrem de preocupat de comportamentul său anterior.

Copilul poate pierde mult timp interogându-se despre disconfortul sau pericolul unei varietăți de situații și necesită multă reasigurare. Poate fi extrem de anxios în legătură cu competența sa într-o serie de arii și în special în legătură cu ce vor crede alții despre performanța sa.

Tulburarea este însoțită de o serie de simptome pe plan somatic: nod în gât, durere gastrointestinală, cefalee, scurtarea respirației, greață, amețelă, dificultăți în adormire.

Copilul este în permanență nervos și tensionat.

Acest elev poate manifesta fobie socială, poate refuza să meargă la școală. El poate fi un copil extrem de zelos și conformist, care caută cu orice preț aprobarea. Are chiar tendințe perfecționiste. Este neliniștit pe plan motor și poate avea obiceiuri nervoase (își roade unghiile sau își smulge părul). Poate manifesta preocupări precoce sau poate refuza să se angajeze în activitățile corespunzătoare vârstei în care există cerințe de performanță.

Debutul se produce brusc sau gradual, cu exacerbări asociate cu stresul. Poate persista și în viața adultă ca tulburare anxioasă sau ca fobie socială.

Tulburarea apare mai frecvent la copiii care sunt unici la părinți sau sunt născuți primii și în grupurile socio-economice medii superioare, în familiile în care există preocupare în legătură cu performanța (Last, Strauss & Francis, 1987).

Avem de-a face cu anxietatea excesivă atunci când copilul manifestă cel puțin patru dintre următoarele comportamente:

- este îngrijorat în mod nerealist în legătură cu evenimentele viitoare;
- este preocupat exagerat în legătură cu un eveniment trecut;
- are preocupări nerealiste legate de propria sa competență;
- manifestă simptome somatice;
- este exagerat de conștiincios;
- are o nevoie excesivă de aprobare;
- este incapabil să se relaxeze.

\* **4. Fobiile** sunt tulburări psihice care se manifestă printr-o teamă persistentă, evităre, o stare intensă de anxietate. Copilul recunoaște faptul că teama este excesivă și nerezonabilă. Fobiile pot fi simple sau sociale. La copii, fobiile simple cele mai frecvente cuprind teama de animale și teama de proceduri medicale. Fobiile sociale cele mai frecvente la copii includ teama de a vorbi sau de a mânca în public.

Cercetările în domeniu au arătat (Aras, Chapin & Olivesu, 1972) că numărul fobiilor simple scade odată cu înaintarea copilului în vârstă (copilul se



teme mai puțin de creaturi imaginare, de întuneric, de animale), în timp ce numărul și complexitatea fobiilor sociale crește. De asemenea, s-a constatat faptul (Graziano & colab, 1979), că frecvența fobiilor este mai mare la fete decât la băieți (S.Turner, 1992).

5. *Panica*, cu sau fără agorafobie, se diagnostichează la copii după aceleași criterii ca și la adulți. Panica fără agorafobie se caracterizează prin atacuri spontane de anxietate, cu multiple simptome fiziologice. Panica cu agorafobie cuprinde atacuri de panică însoțite de comportamentul de evitare a situațiilor care consideră că i-ar putea provoca atacuri de panică. Agorafobicul este acea persoană care evită anumite situații de teamă ca acestea să nu-i provoace un atac de panică.

6. *Tulburarea obsesiv-compulsivă* se caracterizează prin apariția unor gânduri și/sau ritualuri comportamentale obsesive și deranjante. Întreruperea acestor gânduri sau ritualuri provoacă o stare de stres dusă la extrem. Gândurile obsesive cele mai frecvente sunt cele legate de îndoială, moarte sau contaminare. Comportamentele obsesive cele mai des întâlnite cuprind spălarea, verificarea, atingerea, ritualuri de numărare. Această tulburare este extrem de rară la copil (aproximativ 2% din totalul tulburărilor psihice ale copilăriei).

7. *Stresul posttraumatic* este tulburarea anxioasă ce apare la copil pe fondul unei perioade de stres continuu și intens în urma unui eveniment traumatic (dezastru natural, abuz fizic, etc.). Tulburarea se manifestă prin re trăirea repetată a evenimentului traumatic, evitarea situațiilor asociate cu acest eveniment și simptome de excitație persistentă.

### III.4. Dezvoltările prevalente de personalitate la copil

Dezvoltările prevalente de personalitate se deosebesc de reacțiile psihogene și de nevroze prin faptul că trauma psihică este cauzată de un factor particular, de un defect anatomic ce îi produce copilului rușine. Spre exemplu, îi este rușine că poartă ochelari. Acest defect îi fragilizează copilului viața psihică. Mecanismul patogenic este unul de prevalență în receptarea, prelucrarea și elaborarea răspunsului față de informația traumatizantă ce vine din exterior.

De regulă, copilul trăiește defectul ca pe un amestec de rușine, nervozitate și obsesie că va primi o nouă jignire.

Dezvoltările prevalente de personalitate apar mai frecvent la copii a căror personalitate se dezvoltă pe direcția astenic-senzitivă. Cea mai frecventă formă de manifestare este delirul senzitiv de relație (Kretschmer). Tabloul clinic se conturează în jurul unei tematici de tip paranoid: copilul are impresia că toată lumea îl urmărește, că cei din jur îi vor răul și are tendința de a căuta în permanență urmăritori. Acești copii au o slabă vitalitate, obosesc ușor, se simt mereu extenuați, par copii „adultizați”. Randamentul bun nu-i satisface niciodată. Se exprimă cu dificultate când doresc să-și declare sentimentele sau găsesc momentele cele mai penibile pentru a face acest lucru. Sunt foarte minuțioși și au tendința de a observa atent tot ce se întâmplă în jurul lor. Sunt foarte vulnerabili în relațiile interpersonale și orice observație lasă urme adânci. Au tendința de a privi viața pe fond depresiv și compensează această stare printr-o extremă conștiinciozitate (ambție, tenacitate, un sistem etic foarte complex).



## CAPITOLUL IV Devierile comportamentale la copil

### IV.1. Clasificarea tulburărilor de comportament

\*Comportamentul copilului este oglinda dezvoltării lui psihice. Este reacția personalității lui în formare față de lumea din afara și față de propria lui persoană. Este expresia externă a nucleului personalității în formare.

Comportamentul este diferit în funcție de: vârstă, factori temperamental, factori constituționali, factori sociali. El oscilează între anumite limite considerate normale pentru vârsta respectivă.

Tulburările de comportament reprezintă apariția unor manifestări de conduită care depășesc limita normalității la vârsta respectivă. Aceste abateri exprimă atitudinea structurată a copilului față de muncă, față de alte persoane, față de autoritatea educativă, față de lucruri și chiar față de propria persoană. Ele sunt numeroase în perioada copilăriei.

Datorită cadrului foarte larg de manifestare și a interferențelor posibile, tulburările de comportament se confundă adesea la această vârstă cu psihopatia sau cu delinquența juvenilă.

Tulburările de comportament pot constitui expresia mai multor tulburări psihice, având și anumite particularități în funcție de acestea. Cu alte cuvinte, ele pot apărea și sub alte forme decât de sine stătătoare. Astfel, se pot manifesta:

- numai ca un simptom în cadrul unei boli psihice de ordin psihotic sau a unei boli neuropsihice cu substrat lezional organic (encefalopatie, epilepsie, tumori, etc.);
- pot avea un caracter reactiv nevrotic - sub forma unor reacții de protest, demisie sau alte modalități de manifestare comportamentală care traduc prezența unor forme de apărare nevrotice;
- sub forma unor deprinderi negative de comportament, pe fondul unor condiții negative insuficiente și care, dacă durează mai multă vreme, pot duce la psihopatie;
- sub forma unui sindrom în cadrul anomaliilor de personalitate, în acest caz, copilul șochează prin tendința de organizare dizarmonică a personalității. Aceste forme sunt foarte rezistente la tratament, constituind de obicei sursa psihopatiei adultului.

Cauzele apariției unei tulburări de comportament la copil sunt multiple. Rolul factorilor genetici nu este încă prea clar precizat, pe această temă cercetătorii purtând în continuare lungi dezbateri (DiLalla & Gottesman, 1991). S-a constatat însă că majoritatea copiilor, care manifestă de timpuriu tulburări

comportamentale, s-au manifestat chiar la scurt timp după naștere ca ușor iritabili, fără un program regulat și nu răspundeau adecvat la confort (S.Turner, 1992).

\*O altă cauză ar putea fi educația necorespunzătoare a copilului respectiv, o educație caracterizată prin inconsecvență, libertate exagerată sau o educație prea autoritară, inflexibilă, neunitară sau contradictorie. Această situație este mai frecventă în familiile fără experiență, cu stres marital prelungit, cu dezacorduri evidente între părinți. Andrei Cosmovici (1998) vorbește despre două axe ale atitudinii parentale față de copil (v. fig. 2):

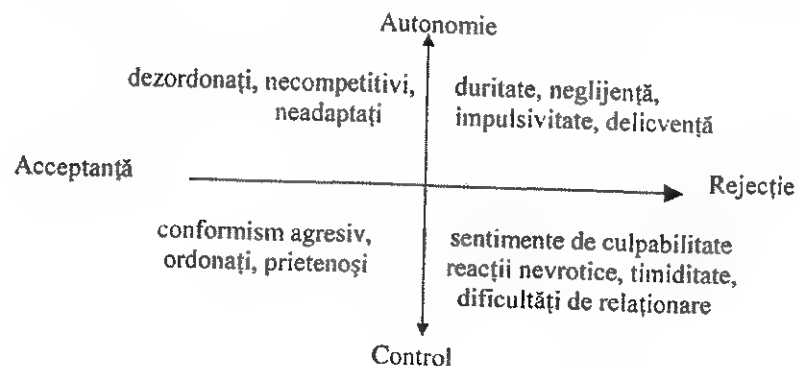


Fig. 2: Atitudinea parentală față de copil (după A.Cosmovici, 1998)

a) atitudinile pozitive de acceptanță și căldură ale părinților față de copil versus atitudinea de rejecție, camuflată sau nu, ce se manifestă prin ostilitate (autoritate brutală);

b) autonomia psihică acordată de părinți (până la a neglija orarul și activitățile copilului) versus forme de control (lejer, ferm, sever).

Autorul susține dependența comportamentului copilului de combinare a acestor două axe atitudinale.

O altă cauză a tulburărilor de comportament ale copiilor pot fi tulburările de personalitate ale educatorilor. Putem avea de-a face fie cu educatori cu labilitate emoțională, fie cu educatori prea rigizi.

O altă cauză o constituie condițiile de mediu extern defavorabile. Cel mai adesea, un astfel de copil trăiește într-un mediu insuficient sub raportul stimulării și al corecției pe care copilul trebuie să o primească prin experiența socială a altora, sau trăiește într-un mediu care-l solicită prin bogăția stimulilor peste posibilitățile lui de adaptare.

Aceste tulburări pot să apară la copiii cu un fond constituțional normal. Ele sunt în general trecătoare, dependente strict de condițiile de viață ale copilului. \*

„O analiză completă și detaliată a cauzelor ce pot determina comportamentul deviant la copii este realizată de N. Mitrofan în lucrarea „Psihologie Judiciară” (N.Mitrofan, 1994). Autorul vorbește despre două categorii de factori ce stau la baza delinquenței juvenile: a) factori interni, individuali și b) factori externi, sociali.

În categoria factorilor individuali intră: a) disfuncțiile cerebrale (cercetările au demonstrat specificitatea traseelor EEG la delinvenții minori), b) deficiențele intelectuale (s-a constatat existența unui număr mare de cazuri de delinvenții minori cu un nivel intelectual scăzut, acest lucru împiedicându-i să anticipeze consecințele faptelor comise), c) tulburări ale afectivității (insuficiență maturizare afectivă, care duce la lipsa obiectivității în evaluarea de sine), d) tulburări caracteriale (imaturizare caracterologică).

În categoria factorilor sociali intră: a) climatul educațional familial (familii dezorganizate, atmosferă familială conflictuală, climat hiperautoritar sau climat hiperpermisiv), b) eșecurile privind integrarea școlară (nivel scăzut atât al randamentului școlar, cât și al satisfacției resimțite de elev în legătură cu activitatea școlară).\*

Nu mai 1/3 din totalul tulburărilor de comportament se transformă în psihopatie. În primii 15-16 ani de viață nu se pune diagnosticul de psihopatie, ci numai de tulburare de comportament. O tulburare de comportament care tinde să se organizeze într-o formă de psihopatie se manifestă printr-o dezadaptare și o alterare a relațiilor interpersonale cu lumea din jur și printr-o atitudine disproporționată, neadecvată față de situațiile date, mergând de la neajunsuri în școală și familie până la manifestări cu caracter antisocial sau delinvenț, atunci când copiii contravin deja legilor prin comportamentul lor.

\* Evoluția tulburărilor de comportament (frecvența, severitatea și durata comportamentului agresiv și antisocial) depinde foarte mult de momentul în care apar primele simptome. Copiii pot urma traiectorii diferite, spre tulburări de conduită, delinvență sau criminalitate. Unii își încep „cariera” timpuriu, de obicei în familie, iar alții mai târziu, când încep să-și facă prieteni în grupuri delinvenț.

Copiii ale căror prime simptome apar timpuriu, manifestă de regulă patternuri comportamentale disfuncționale încă din anii de grădiniță. În primii ani de școală apar dificultăți evidente de interacționare cu învățătorul și cu colegii și au în permanență tendința de a se angaja în acte antisociale.

Sunt 4 ipostaze care duc la tulburări de comportament - de aici 4 categorii de tulburări de comportament (Ghiran, 1991):

- Tulburări de comportament de tip criză bio-psiho-socială. Această categorie de tulburări comportamentale sunt numai expresia trecerii prin starea de criză. Ele sunt raportate la anumite etape critice de vârstă.

- Tulburări de comportament de tip carențial, care sunt determinate de carențe afective sau carențe materiale. Carențele, indiferent de natura lor, duc la insuficiențe care nu le satisfac copiilor în cauză nici trebuințele elementare. Aceste insuficiențe duc la tulburări de comportament.

- Tulburări de comportament de tip sociopatic. În acest caz, comportamentul deviant își are originea într-un eveniment extrafamilial cu influențe asupra individului. Tulburările de comportament pot apărea ca simple simptome în cadrul unor tulburări psihice mult mai complexe.

Dacă ne referim la fenomenologia clinică de manifestare (v. fig. 3), tulburările de comportament se împart în două categorii (Ghiran, 1991):

- Tulburări de comportament neepizodice. Acestea se înlanțuiesc, trec una din alta și aproape că nu le poți sesiza începutul. Ele nu au caracter de boală, ci pur și simplu un rău duce la alt rău.

- Tulburări de comportament epizodice. Acestea se caracterizează printr-o evoluție sinusoidală. Astfel, după o perioadă de echilibru, apar perioade de dezechilibru și comportamentul se modifică.

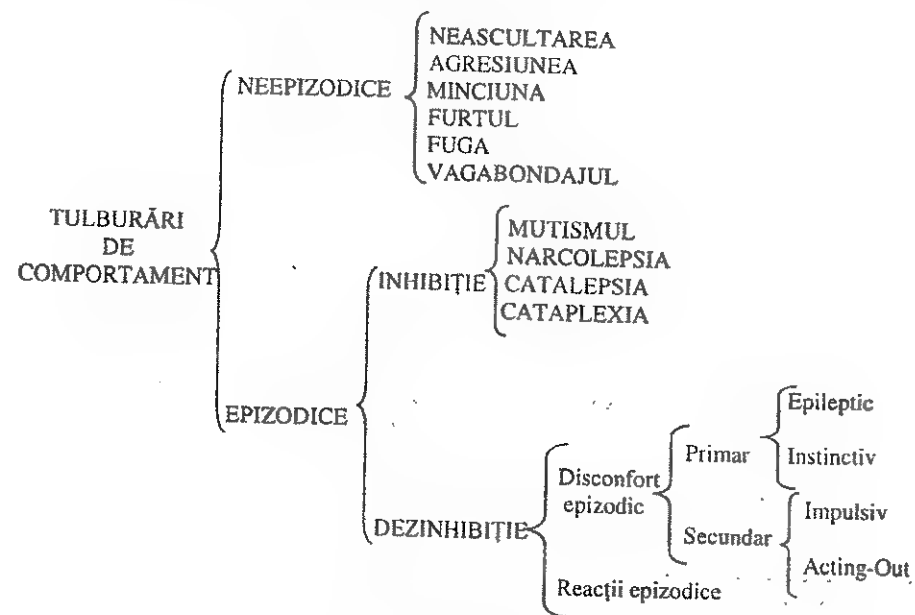


Fig. 3: Clasificarea tulburărilor de comportament în funcție de fenomenologia clinică de manifestare (după Ghiran, 1991)

## 1. Tulburările de comportament neepizodice

În categoria tulburărilor de comportament neepizodice intră șase tipuri de comportamente deviante: neascultarea, agresiunea, minciuna, furtul și vagabondajul.

7 **Neascultarea.** Cea mai simplă definiție a neascultării este refuzul autorității, în primul rând familiale, care apoi se generalizează la nivelul altor forme de autoritate, în special sociale. Acest refuz al autorității generează conflicte permanente. Neascultarea apare în special la copiii cu o dezvoltare dizarmonică, cu leziuni ale sistemului nervos central sau la copiii retardați mintal.

Un rol important îl are climatul educațional. Neascultarea este mai frecventă la copiii educați într-un climat de nedreptate și lipsă de respect. Apare mai ales în familiile în care nu există un echilibru între dragoste și puniție, familiile cu restricții excesive, cu libertate excesivă și în familiile cu disensiuni în educația copilului.

De partea cealaltă, supunerea este reacția pozitivă a copilului la solicitările celor din jur și depinde de relația lui emoțională cu persoanele respective. Ascultarea depinde foarte mult de natura relației părinte-copil. Cu cât relațiile copilului cu părinții sunt de natură pozitivă, cu atât copilul va fi mai ascultător. Specialiștii consideră că orice puniție înainte de 4 ani crește tensiunea interioară și duce la neascultare.

«**Agresiunea** este tendința spre comportamente încărcate de reacții brutale, distructive și de atacare. Putem vorbi despre două tipuri de agresiune: a) agresiunea care vine dintr-un sentiment de ură și este asociată cu acestă (în acest caz trebuie să se țină seama de faptul că în spatele sentimentului de ură există o anumită stare de conflictualitate care generează tensiune psihică; astfel, pentru a reduce agresivitatea, trebuie rezolvat mai întâi conflictul care generează o astfel de reacție și, în acest fel, redusă tensiunea psihică); b) agresiunea care izvorăște din tendința pulsională a individului (în acest caz avem de a face cu un copil cu o structură dizarmonică, înclinat spre rău, care chiar simte bucurie atunci când face rău).

Agresiunea se poate datora și unor idei delirante sau anxietății. Nevroticii agresionează total, pentru a nu fi ei agresionați.

«**Minciuna** este o reacție de afirmare neconformă cu adevărul. Ea poate fi o minciună intențională, un delict (copilul minte pentru a se răzbuna, pentru a denigra sau pentru a devaloriza pe cineva), sau poate fi expresia tendințelor de autoapărare. Copilul poate minți și din dorința de a atrage atenția sau pentru a imita atitudini similare ale adulților. Minciuna este asociată de obicei și cu alte tulburări de comportament, mai ales cu furtul. Este foarte important să

facem deosebirea între minciună și acele greșeli pe care copilul le face ca efect al nedezvoltării (ex: spune tata la toți care se apropie de el). De asemenea, minciuna trebuie izolată de tendința de transformare mitomanică, a cărei cauză este insuficienta discriminare între realitate și fantezie, și de cofabulație. Nu se poate spune despre un copil că minte înainte de 7 ani deoarece până la această vârstă nu este asimilat conceptul de minciună. O persoană care minte are conștiința adevărului și urmărește un scop sau un avantaj.

«**Furtul** este un comportament deviant care se structurează foarte repede în deprinderi la copii. Aceștia încep de la mici furtușaguri, și pot merge până la furturi selective, furturi prin efracțiune, spargere, tâlhărie. Există situații în care copilul nu are noțiunea valorii morale a actului (copiii sub 5-6 ani). Putem spune despre un copil că fură abia atunci când suntem siguri că acesta poate deosebi lucrurile care îi aparțin lui de ale altora și are fixate normele etice elementare. Acest comportament poate fi generat de o multitudine de cauze. El poate fi un comportament învățat, acesta fiind cazul copiilor proveniți din familii ce se ocupă cu furtul. Copilul poate fura din dorința de a se impune celor din jur, de a-și asigura prestigiul, sau pur și simplu din dorința de posesiune. Este mai grav însă când cauzele furtului sunt de natură patologică. Astfel, furtul poate apărea ca simptom în tulburările isterice (furturi cu caracter impulsiv) sau pot fi cauzate de insuficiența psihică (copilul respectiv nu a achiziționat valorile morale). Un caz aparte este cel al fetei aflate în perioada instalării ciclului menstrual. Cleptomania este tendința patologică de a fura fără ca persoana în cauză să urmărească un profit. Se caracterizează prin apariția bruscă și obsedantă a impulsului de a-și însuși un obiect, concomitent cu o stare de neliniște și de luptă împotriva acestei dorințe. Realizarea efectivă a furtului duce la o reacție de ușurare.

«**Fuga** poate fi de două feluri: fuga de la școală și fuga cu caracter impulsiv.

a) **Fuga de la școală.** Școala, în general, trebuie să se constituie într-un context de satisfacție (întâlnire cu colegii, valorizare personală etc.). Atunci când nu se întâmplă acest lucru apare o gravă alterare a raporturilor sociale ale copilului. Există trei categorii de cauze ce pot determina fuga copilului de la școală. O parte dintre ele țin de copil: el nu face față cerințelor (fapt întâlnit în special la copiii cu intelect de limită școlarizați în școala de masă), are un defect ce ține de sănătatea somatică și este blamat de colegi sau nivelul pretențiilor față de rezultatele lui școlare depășește cu mult nivelul dotării intelectuale a copilului (în acest caz copilul trăiește un sentiment acut de insucces și caută alt mediu de valorizare personală, de regulă extrașcolar). Un caz aparte este atunci când ruperea totală de școală este un început de schizofrenie, refuzul școlii însemnând tocmai intrarea în boală. A doua categorie de cauze țin de școală: caracterul psihopat al pedagogilor, lipsa unei

atitudini pedagogice diferențiate față de copiii suferinzi psihic sau senzorial, sau atitudinea agresivă a colegilor (bătăi, etc.). A treia categorie de cauze (în de familie: devalorizarea conștiință a școlii din partea părinților, grija excesivă a părinților pentru copii (părinții au tendința de a crește exagerat dependența copiilor față de ei și, drept consecință, aceștia nu se pot adapta cerințelor școlare) sau transformarea școlii într-o sursă de anxietate (copilul este pedepsit aspru pentru cel mai mic insucces, etc.).

b) *Fuga cu caracter impulsiv* este un comportament repetitiv și vine pe neașteptate. Copilul simte un impuls și o chemare puternică de a se duce undeva. Elementul distinctiv îl constituie îngustarea stării de conștiință în momentul în care începe fuga. Această îngustare a stării de conștiință are o durată și o intensitate variabile. Copilul se trezește după câteva ore sau chiar zile. Această formă apare în special la epileptici, idioți, imbecili, psihopați impulsivi și isterici. Are același mecanism de descărcare ca al unei crize epileptice și copilul rămâne cu amnezie ulterioară.

\* *Vagabondajul*. Ambele forme de fugă pot continua cu vagabondaj. Vagabondajul este o atitudine deliberată față de mediul familial și față de muncă. Copilul are conștiința întregii sale conduite. Se caracterizează prin lipsa domiciliului (nu simte nevoia), neacceptarea privațiunilor, săvârșirea de acte antisociale. La școlarul mic vagabondajul poate apărea ca o reacție de răzbunare față de atitudinea sau pedeapsa nejustă, poate fi o atitudine deliberată cauzată de anumite stări de panică, frică, anxietate, pe motivul unor insuccese școlare (evitarea pedepsei) sau poate apărea la școlarii introverși, sensibili, care suportă cu greu micile privațiuni familiale.

## 2. Tulburările de comportament epizodice

Tulburările de comportament epizodice se caracterizează printr-o întrerupere bruscă a modului de viață. După o perioadă de echilibru apar perioade de dezechilibru.

Această categorie de tulburări se împarte în două subcategorii:

I. Tulburări caracterizate printr-o *stare de inhibiție* a comportamentului general. Acestea sunt: mutismul, narcolepsia, catalepsia și catatonie.

\* *Mutismul* apare datorită sistării vorbirii din orgoliu. Cu alte cuvinte, copilul se înfurie și nu mai comunică. El poate fi unul electiv (copilul nu comunică cu cineva anume), sau unul de tip isteric (după o criză, copilul nu mai comunică o perioadă lungă). Mecanismul de producere are la bază anxietatea.\*

\* *Narcolepsia* este procesul de intrare în inhibiție, brusc, în situațiile cele mai nepotrivite. Copilul simte nevoia subită și imperioasă de a dormi în timpul

zilei. Se poate instala somnul mergând pe stradă, în situații neobișnuite, în râs, etc.\*

\* *Catalepsia* (catatonie) - se manifestă printr-o stare de rigiditate și creșterea tonusului postural. Această hipertonie împiedică mersul, fața copilului ia formă de mască, fiind lipsită total de orice comunicare cu lumea. Catalepsia se poate asocia fie cu o stare de negativism (copilul execută invers comenzile), fie cu o stare de flexibilitate ceroasă (poate sta ore întregi în poziția în care îl pui), fie uneori cu o sugestibilitate foarte mare.\*

\* *Cataplexia* este tot o stare de inhibiție, dar se produce o pareză generalizată în toți mușchii striati (suspendarea totală a tonusului muscular și a mișcărilor voluntare, cu cădere). Copilul are senzația că pică în gol în stare trează și nu are nici un fel de control asupra mușchilor. Această tulburare apare brusc, copilul trăind un sentiment de anxietate pentru că nu poate face nimic.\*

2. Tulburări caracterizate printr-o *stare de dezinhibiție* a comportamentului general. În această categorie de tulburări prevalează patologic procesul de creștere a excitabilității și se clasifică după cum urmează:

1a) *Disconfortul epizodic*, care poate avea caracter critic primar și secundar. Le vom analiza pe rând.

I) *Disconfortul epizodic primar* poate apărea sub două forme: epileptic și instinctiv.

Disconfortul epileptic se caracterizează prin faptul că și începutul și sfârșitul crizei sunt extrem de bruște, copilul pierde contactul cu realitatea, iar comportamentul ulterior este haotic. Descărcarea față de lumea înconjurătoare este neselectivă (copilul se descarcă pe obiecte, pe persoana apropiată). Starea afectivă este nediferențiată. Intenția este difuză, nu poate fi bănuită. Conștiința este îngustată și apar amnezii ulterioare. Terminarea acțiunii nu determină satisfacții.

Disconfortul instinctiv se caracterizează prin faptul că atât începutul cât și sfârșitul crizei sunt tot bruște, fără întârziere între momentul instalării impulsului și reacția afectivă. Copilul trăiește o stare afectivă nediferențiată. Spre deosebire de epilepsie însă, el își satisface nevoile primare și obiectul pe care se descarcă este cel căutat.

II) *Disconfortul epizodic secundar* are de asemenea două forme: impulsivă și de acting-out.

Forma impulsivă se caracterizează prin aspect critic, durată scurtă, început și sfârșit bruște, există o distanță de la impuls la răspuns, nu se îngustează conștiința, iar copilul în cauză acționează, deși își dă seama că nu face bine (acțiunea este antisocială).

Forma acting-out - sunt copiii care, în ciuda unui comportament supus, își schimbă comportamentul, devin agresivi încep să consume alcool. În general, sunt și ei șocați de ceea ce fac. Actul în sine nu are caracter haotic, ci este o acțiune obișnuită care apare la un om neobișnuit (acțiunea este o surpriză pentru toată lumea, inclusiv pentru autor).

b) *Reacțiile epizodice*: sunt de fapt tulburările de comportament ce apar ca simptome în celelalte tulburări psihice (nevroze, psihopatii, insuficiențe psihice, psihoze).

Manualul pentru diagnosticul și statistica tulburărilor mintale (DSM-III-R) prezintă sub denumirea de tulburări de comportament de tip disruptiv trei tulburări de comportament: tulburările de conduită, opoziționismul provocator și hiperactivitatea cu deficit de atenție.

## IV.2. Tulburarea de conduită și opoziționismul provocator

Tulburarea de conduită se caracterizează prin încălcarea repetată a regulilor sociale importante și/sau a drepturilor de bază ale altor persoane. Majoritatea simptomelor acestei tulburări pot avea repercursiuni legale.

Opoziționismul provocator este un pattern comportamental caracterizat prin neascultare, negativism, provocare și opoziție față de autoritate.

Aceste tulburări sunt în esență de natură socială, ceea ce înseamnă că patternurile comportamentale ale acestor copii sunt diferite. Atunci când afirmăm despre un copil că suferă de una dintre aceste tulburări trebuie să ținem cont de rolul lui social, de comportamentele specifice care sunt așteptate de la el și de gradul în care el se adaptează la aceste cerințe.

Într-o cercetare recentă realizată pe un lot de 177 copii cu vârste cuprinse între 7 și 12 ani, aflați în tratament clinic ambulatoriu (Lahey & colab., 1990) s-a constatat că diagnosticul de tulburare de conduită al acestor copii corelează cu un anumit profil de personalitate al tatălui biologic (comportament antisocial, antecedente penale, suspendări de la școală, tulburare de personalitate de tip antisocial) și cu condamnări pe linie criminalistică ale rudelor biologice. Studiile de psihologia dezvoltării au arătat (Campbell & Ewing, 1990) că relațiile disfuncționale timpurii dintre părinți și copil duc la deficite ulterioare în reglarea afectivă și în formarea aptitudinilor cognitive și sociale. Aceste relații disfuncționale sunt predicatori ai unei slabe adaptări școlare și sociale în clasele primare.

Spre o tulburare de conduită a adolescenței s-au identificat două trasee distincte: debutul timpuriu al comportamentelor problematice (care este cel mai bun predictor al severității și frecvenței comportamentului agresiv și antisocial de mai târziu) și debutul acestor comportamente la o vârstă mai înaintată (Dumas, J., 1992).

Împreună, tulburarea de conduită și opoziționismul provocator au o rată a prevalenței în populație între 8% și 12%.

Avem de-a face cu o tulburare de conduită atunci când copilul manifestă cel puțin trei dintre următoarele comportamente: fură, lipsește de acasă peste noapte cel puțin de două ori pe săptămână, minte des, pune foc deliberat, chiulește des de la ore, intră în diferite locuri prin efracție, distruge proprietatea altora, se comportă crud cu animalele, forțează pe altcineva la activități sexuale, folosește arme în dispute, inițiază des dispute fizice, se comportă crud cu alții.

Avem de-a face cu opoziționism provocator dacă copilul manifestă cel puțin cinci dintre următoarele comportamente deviante: își pierde adesea cumpătul, se contrazice des cu adulții, este ușor de distras, adesea sfidează sau refuză cerințele adulților de a se conforma la reguli, face deliberat lucruri care enervează pe cei din jur, îi învinovățește pe alții pentru propriile lui greșeli, este ușor de enervat de către alții, adesea este furios și îi respinge pe cei din jur, este adesea răzbunător și are tendința de a face în ciudă, utilizează limbaj obscen și înjură.

De la tulburările de conduită la delicvența juvenilă nu este decât un pas.

## IV.3. Hiperactivitatea cu deficit de atenție

Caracteristicile majore ale copiilor cu hiperactivitate cu deficit de atenție sunt (Barkley, 1991):

1. Susținerea slabă a atenției și persistența scăzută a efortului în sarcină, în special la copiii care sunt relativ dezinteresați și delăsători. Aceasta se vede frecvent la indivizii care se plictisesc rapid de sarcinile repetitive, trecând de la o activitate neterminată la alta, frecvent pierzându-și concentrarea în timpul sarcinii și greșind la sarcinile de rutină fără supraveghere.

2. Controlul impulsurilor înrăutățit sau întârzierea satisfacției. Aceasta se manifestă în special în inabilitatea individului de a se opri și gândi înainte de a acționa, de a-și aștepta rândul când se joacă sau discută cu alții, de a lucra pentru recompense mai mari și pe termen mai lung decât de a opta pentru recompense mari dar imediate și de a-și inhiba comportamentul în funcție de cerințele situației.



3. Activitate excesivă, irelevantă pentru sarcină sau slab reglată de cererile situaționale. Copiii hiperactivi se mișcă excesiv, realizând foarte multe mișcări suplimentare, inutile pentru executarea sarcinilor pe care le au.

4. Respectarea deficitară a regulilor. Copiii hiperactivi au frecvent dificultăți în a urma regulile și instrucțiunile, în special când nu sunt supravegheați. Aceasta nu se datorează unei slabe înțelegeri a limbajului, neascultării sau problemelor de memorie. Se pare că nici în cazul lor instruirea nu reglează comportamentul.

5. O varietate mai mare, decât normală, în timpul executării sarcinii. Nu este încă un consens în legătură cu includerea acestei caracteristici printre celelalte ale tulburării. Mult mai multe cercetări sugerează ca indivizii hiperactivi prezintă o foarte mare instabilitate în privința calității, acurateței și vitezei cu care își realizează sarcinile. Aceasta se oglindește în performanțele școlare fluctuante, unde persoana nu reușește să mențină un nivel de acuratețe în timpul unor sarcini repetitive, lungi, obositoare și neinteresante.

O parte a acestor caracteristici pot fi prezente și la persoanele normale, în special la copiii mici. Ceea ce distinge copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție de indivizii normali este gradul și frecvența mult mai mare cu care aceste caracteristici se manifestă.

Alte câteva caracteristici sunt asociate cu această tulburare:

1) Manifestarea timpurie a caracteristicilor majore. Mulți copii hiperactivi au demonstrat aceste probleme încă din copilăria timpurie (3-4 ani), iar marea majoritate de la 7 ani.

2) Variația situațională. Caracteristicile majore prezintă o variabilitate situațională foarte mare. Astfel, performanța este bună în activitățile de tip unu la unu cu alții, în special atunci când se implică tatăl sau o altă autoritate. De asemenea, performanțele indivizilor hiperactivi sunt mai bune când activitățile pe care le fac sunt noi, cu un grad ridicat de interes sau implică consecințe imediate ce îi afectează. Situațiile de grup sau activitățile relativ repetitive, familiare și neinteresante par să fie mai problematice pentru ei.

3) Evoluția relativ cronică. Mulți copii hiperactivi manifestă caracteristicile în timpul copilăriei și adolescenței. Principalele simptome se înrăutățesc cu vârsta, majoritatea copiilor hiperactivi rămânând în urma celor de vârsta lor în abilitatea de a-și susține atenția, de a-și inhiba comportamentul și de a-și regla nivelul de activitate.

1. Prevalență și evoluție. Hiperactivitatea cu deficit de atenție este o tulburare frecventă, ea instalându-se la 3-5% dintre copii. Rata sexului este de 3:1 (băieți-fete) pe eșantioane comunitare și 6/9:1 (băieți-fete) pe eșantioane clinice.

Hiperactivitatea cu deficit de atenție se întâlnește în aproape toate țările și grupurile etnice. Este mai des întâlnită la indivizii cu precedent în tulburările de conduită, dificultăți de învățare, ticuri sau sindromul Tourette. Tulburarea debutează în 50% din cazuri înainte de 4 ani, dar de cele mai multe ori nu este recunoscută până la începerea școlii.

Manifestările persistă întreaga copilărie. Mai târziu apar opoziționismul provocator și tulburările de conduită. La un adult se manifestă tulburări de personalitate de tip antisocial, o treime dintre copii prezentând semnele tulburării și în perioada adultă.

Hiperactivitatea cu deficit de atenție are o evoluție defavorabilă, prezisă în special de coexistența tulburării de conduită, IQ scăzut și tulburarea mentală severă la părinți. Determină o deteriorare în activitatea socială și școlară, iar principala complicație este eșecul școlar.

S-a estimat (Barkley, 1991) că între 15-50% dintre copiii hiperactivi prezintă cu timpul o scădere a simptomelor sau cel puțin ating un punct în viață când simptomele lor încetează a mai fi maladaptive.

Cei mai mulți indivizi hiperactivi vor continua să prezinte simptomele și în tinerețe. Literatura de specialitate a recunoscut abia cu câțiva ani în urmă faptul că adulții pot prezenta aceste simptome și că ele s-au manifestat din copilărie.

Între 35-60% dintre indivizii hiperactivi vor avea probleme cu agresivitatea, conduita și cu violarea normelor legale și sociale în timpul adolescenței, iar aproximativ 25% au tendința de a avea comportamente antisociale ca adulți.

Cea mai comună arie de inadaptare este în activitatea școlară, unde indivizii hiperactivi au tendința să repete clasa, necesită educație specială, sunt suspendați pentru conduită inadecvată, sunt exmatriculați, etc.

Indivizii hiperactivi ating cel mai adesea un nivel educațional inferior persoanelor normale de aceeași vârstă și capacitate intelectuală.

Aproximativ 35% dintre copiii hiperactivi vor prezenta dificultăți de învățare (întârzieri pe planul aptitudinilor lexice, grafice și matematice) în afara simptomelor specifice tulburării.

La majoritatea indivizilor care au simptome asociate hiperactivității cu deficit de atenție (tulburări de conduită și comportament antisocial) în adolescență s-a înregistrat abuz de substanțe, în special tutun și alcool. La indivizii hiperactivi fără tulburări de conduită această tendință se încadrează în limitele populației normale.



## 2. Etiologie

Hiperactivitatea cu deficit de atenție are atât o determinare genetică, cât și de mediu. Evoluția tulburării este afectată de relațiile interpersonale, de evenimentele de viață și de tratament. Tulburarea are o puternică bază neurologică și este asociată cu complicații prenatale sau din timpul nașterii mai mari decât normal, iar în unele cazuri apare ca un rezultat direct al unor boli sau traume la nivelul sistemului nervos central.

**Factorii genetici.** Studiile de psihopatologie în familiile cu cazuri de hiperactivitate cu deficit de atenție, studiile de adopție și studiile pe gemeni sugerează prezența unei contribuții genetice în etiologia acestei tulburări. Evidența primară este la tații copiilor hiperactivi, care prezintă o incidență crescută de alcoolism, sociopatie, și un istoric al copilăriei încărcat de dificultăți de învățare și de comportament (Cantwell, 1976; Wender, 1981; Satterfield & colab., 1974). Astfel, într-un studiu realizat în 1971, Mendelson & colab. au constatat că 25% dintre tații copiilor hiperactivi luați în studiu erau alcoolici și un procent similar au avut o copilărie încărcată de dificultăți de învățare. Într-un studiu similar realizat în 1980, Stewart & colab. au constatat că, din 37 copii hiperactivi, jumătate aveau o rudă de gradul I sau II ce prezenta fie o tulburare psihiatrică serioasă, fie dificultăți la locul de muncă sau cu impact medico-legal (Kestenbaum, C. & Williams, D., 1988).

În 1975, studiind incidența factorilor genetici asupra hiperactivității cu deficit de atenție, Cantwell a constatat că 50% dintre părinții copiilor hiperactivi luați în studiu îndeplineau criteriile clinice pentru diagnosticul unei tulburări psihice. Aceste tulburări erau mai ales alcoolism și sociopatie la tați și isterie la ambii părinți. În plus, 16% dintre tații copiilor hiperactivi suferiseră și ei de hiperactivitate cu deficit de atenție în copilărie. În 1973 Willerman a încercat să demonstreze, printr-un studiu pe perechi de gemeni monozigoti și dizigoti, că există o componentă genetică importantă care determină nivelele de activitate (Kestenbaum, C. & Williams, D., 1988).

**Factorii de mediu.** Capacitatea de a susține un nivel eficient de concentrare intelectuală și afectivă derivă, cel puțin în parte, din abilitatea părinților de a întări urmărirea unor scopuri cu sens. S-a constatat că acei copii ce provin din cămine haotice nu reușesc să-și dezvolte această capacitate. Atenția unui copil poate fi fragmentată de un mediu extrem perturbator sau de anxietate (în special legată de performanța la sarcinile școlare dificile). De asemenea, conflictele psihologice interne pot determina orientarea atenției spre interior și deci perturbări ale mecanismelor atenționale.

Descoperirile recente din domeniul neurochimiei și psihologiei cognitive încep să clarifice o parte dintre mecanismele ce stau la baza acestei tulburări, mecanisme care afectează procesarea informației și modulările

afectelor. Este posibil ca aceste metode să ducă în viitor la definirea unor noi dimensiuni ale diagnosticului acestei tulburări, care să permită clinicienilor diferențierea între posibilele tratamente educaționale și medicale.

Chiar dacă această idee nu este acceptată astăzi, cu mai mulți ani în urmă se considera că există o relație între hiperactivitate și dietă. Această teorie căpătase un grad destul de mare de credibilitate în urma unor relatări ale părinților, care descriau reacțiile comportamentale ale copiilor hiperactivi la anumite alimente. Cercetarea curentă însă nu a găsit existența nici unui suport științific pentru această teorie. Este însă important de notat faptul că există subgrupuri de copii hiperactivi care manifestă senzitivitate și alergii față de anumite medicamente (în particular față de coloranții alimentari) care pot crește simptomele de hiperactivitate, impulsivitate și menținerea slabă a atenției (Parker, 1988). Indivizii epileptici sau alții care trebuie să ia sedative sau medicamente anticonvulsive pot să dezvolte tulburarea, ca un efect secundar al medicației sau le pot exacerba simptomele preexistente.

**Baza neurologică** (Bender, 1993). Cele mai importante rezultate sunt cele aduse de cercetările efectuate asupra bazei neurologice a hiperactivității cu deficit de atenție. Contribuțiile recente ale cercetărilor bazate pe disecții la nivelul creierului (Ellenberg & Sperry, 1982) și ale psihologiei cognitive (Posner, 1988; Posner & colab., 1988) sugerează faptul că atenția nu este un construct unitar și că structurile corticale și subcorticale în conjuncție cu emisferile cerebrale specifice lucrează la unison pentru a procesa variatele componente ale sistemului atențional.

Evidența localizării lateralizate a funcției atenției vine de la diferite surse. Heilman & Van Den Abell (1980) raportează descreșteri în EEG a ritmului alpha la nivelul emisferei drepte, indicând faptul că emisfera dreaptă este dominantă pentru atenție. La adulții cu perturbări ale activității emisferei drepte s-au constatat: neglijență hemispațială (Vallar & Perani, 1986), vigilență și atenție scăzute (Mesulem, 1981) și impersistență motorie (Kertesz & colab., 1985). Voeller și Heilman au obținut rapoarte similare la copii.

În revista lor despre mecanismele neurologice ale hiperactivității cu deficit de atenție, Zametkin & Rappaport (1987) arată că datele existente sugerează faptul că în această tulburare sunt implicate regiuni neuroanatomice variate și mai mulți neurotransmițători. Și mai recent, Hydn, Hern & colab. (1991) au listat 18 ipoteze neuroanatomice implicând regiunea septală, sistemul reticulat, lobii frontali și localizarea hemisferică în hiperactivitatea cu deficit de atenție. Aceste rezultate disparate arată complexitatea substraturilor neurologice ale tulburării.

În ciuda faptului că studiile neurochimice au identificat numeroase anomalii, nu se cunosc nici neurotransmițători sau modulatori specifici, nici

substraturi neuroanatomice specifice pentru această tulburare (Zametkin & Rappaport, 1990).

Studiile farmacologice continuă să testeze răspunsurile la agenții dopaminergici și noradrenergici folosiți separat sau în combinații. Însă cele mai valabile informații privind substraturile neuroanatomice ale hiperactivității cu deficit de atenție s-au obținut prin procedurile avansate ce prezintă imaginile creierului în funcționare. Aceste proceduri sunt: tomografia computerizată (CT), tomografia computerizată cu emisia unui singur foton (SPECT) și circulația cerebrală regională a sângelui (rCBF).

Studiile inițiale utilizând CT nu au găsit anormalități în această tulburare (Shaywitz & colab., 1983). Dar aceste rezultate se pare că se datorează fie unor probleme metodologice privind selecția subiecților, fie unor probleme de inadecvănță tehnică a aparaturii utilizate. Investigațiile mai recente au adus informații folositoare.

Lou & colab. (1984) au folosit CT pentru a obține distribuția cerebrală a unui element radioactiv. Primul lor studiu a scos în evidență, la copiii hiperactivi, metabolismul scăzut în nucleul caudal, o structură subcorticală asociată cu reglarea motorie. Mai mult, activitatea metabolismului crește odată cu administrarea de methylphenidate. Într-un studiu ulterior, Lou & colab. (1989) au specificat datele obținute anterior, arătând că formațiunea care face legătura dintre proiecțiile subcorticeale și frontale este metabolic deficitară. Autorii au teoretizat că la copiii cu hipometabolism caudat-striat se observă răspunsuri inhibitorii diferite la stimulii din mediu, ducând la eliminarea atenției selective.

Aceste rezultate sunt în concordanță cu cele ale lui Zametkin & colab. (1990), care au utilizat tomografia cu emisie de pozitroni (PET) pentru a studia metabolismul regional cerebral al glucozei într-un grup de adulți cu hiperactivitate cu deficit de atenție reziduală. Ei au scos în evidență reducerea metabolismului global și regional cerebral la acești pacienți. În ciuda faptului că 30 din 60 de regiuni cerebrale specifice erau semnificativ diferite, autorii au raportat faptul că cele mai importante zone afectate sunt regiunile premotorie și prefrontală superioară.

Implicarea lobilor prefrontal și frontal în atenție este în concordanță cu datele cunoscute de peste zece ani. Mattes (1980) afirmă că lobi frontal anterior și medial până la cortexul motor prefrontal sunt disfuncționali la copiii hiperactivi. Evidențe comportamentale în concordanță cu aceste concluzii au fost aduse de Dykman și colab. (1971) și de Gaultieri & Picks (1985). Un alt suport adițional, deși limitat, vine din partea cercetărilor lui Chelune & asoc. (1986) care, aplicând Wisconsin Card Sort Test (WCST) la copii hiperactivi și la un grup de control a constatat că pacienții hiperactivi au rezultate slabe. WCST este un test ce măsoară conceptele învățate și capacitatea de memorare.

Acest test se consideră că reflectă integritatea lobului frontal (Hydn, Hern și colab., 1991).

Deși puține la număr, studiile utilizând tomografia computerizată și studiile post mortem scot în evidență diferențele morfologice la subiecții hiperactivi. În revista lor de studii neurologice, Hydn, Hern și colab. (1991) concluzionează că deviațiile în patternul normal al migrației neuronale din timpul celei de-a cincea și a șaptea lună de gestație ar putea fi implicate în alterările tipice morfologice raportate la subiecții hiperactivi (Bender, 1993).

Contextul psihologic este variabil. Mai întâi, instabilitatea poate face parte dintr-o stare reacțională la o situație traumatizantă. Cu cât copilul este mai mic, cu atât modul în care el exprimă o dificultate motorie sau o tensiune psihică trece mai ușor prin corp, determinând o tensiune reacțională. Copilul de 2-3 ani și chiar mai mare prezintă o instabilitate naturală, obișnuită, manifestată prin atenție labilă și motricitate explozivă, legată adesea de multiplicarea experiențelor și „descoperirilor”. Anturajul însă nu acceptă cu ușurință această conduită și nu o tolerează. În fața atitudinilor intolerante ale mediului, copilul cu instabilitate motorie își poate exacerba simptomele și manifestările, instalându-se o veritabilă instabilitate reacțională. Deci se pune problema gradului de toleranță al anturajului, în special familial, față de simptomele psihomotorii.

Unii copii au însă o instabilitate cu semnificație patologică mai netă, prezentând conduite cvasiprovocatoare și periculoase. Copilul se pune în situații primejdioase sau de reprimare, ca și când ar face-o pentru a fi pedepsit sau pentru a se pedepsi el însuși.

Alteori instabilitatea poate fi un răspuns la o angoasă permanentă, în particular atunci când predomină mecanismele mentale proiectiv-persecutive. De asemenea, poate fi un echivalent al apărării maniace față de angoasele depresive sau de abandon.

Sunt cazuri când instabilitatea psihomotorie este doar un element al unei organizări prepsihotice sau psihotice.

### 3. Criteriile de diagnostic.

Conform criteriilor stabilite de American Psychiatric Association în 1987 (DSM-III-R), un copil poate fi diagnosticat ca având hiperactivitate cu deficit de atenție dacă prezintă cel puțin 8 din următoarele simptome înainte de vârsta de 7 ani și pe o perioadă de cel puțin 6 luni:

1. Adesea dă din mâini sau din picioare sau se foiește pe scaun (la adolescenți poate fi limitat la sentimentul subiectiv de neliniște).
2. Are dificultăți în a rămâne așezat atunci când i se cere să facă astfel.
3. Este ușor de distras de stimuli externi.
4. Are dificultăți în a-și aștepta rândul în jocuri sau în activități de grup.

5. Adesea trăneste răspunsuri la întrebări înainte ca acestea să fie complet formulate.
6. Are dificultăți în a urma instrucțiunile date de alții (și nu datorită lipsei de înțelegere). De exemplu: eșuează în a termina o activitate de rutină.
7. Are dificultăți în a-și menține atenția concentrată asupra temelor sau activităților ludice.
8. Trece adesea de la o activitate neterminată la alta.
9. Are dificultăți în a sta liniștit.
10. Adesea vorbește excesiv de mult.
11. Adesea întrerupe sau îi deranjează pe ceilalți. Exemplu: se amestecă în jocurile altor copii.
12. Adesea pare a nu asculta ceea ce i se spune.
13. Pierde adesea lucrurile necesare pentru teme sau activități, acasă sau la școală. Exemplu: pierde creioane, cărți, teme, jucării.
14. Se angajează adesea în activități periculoase corporale, fără a lua în considerație consecințele posibile (nu cu scopul de a da emoții). Exemplu: aleargă pe stradă fără a fi atent.

#### 4. Manifestarea hiperactivității cu deficit de atenție.

Elementele esențiale ale acestei tulburări sunt gradele neadecvate din punct de vedere al dezvoltării, atenției, impulsivității și hiperactivității. Subiectul prezintă o tulburare în fiecare dintre aceste arii, dar în grade diferite (DSM-III-R).

Tulburarea se manifestă de regulă, în majoritatea situațiilor (casă, școală, situații sociale), în grade diferite. Unii pot prezenta semnele tulburării doar într-un anumit mediu.

Simptomele se înrăutățesc în situațiile ce necesită o atenție susținută (ex: audierea profesorului în clasă, efectuarea temelor, etc.). Semnele tulburării pot fi minime sau absente când persoana este stimulată frecvent sau se află sub control strict, ori se află într-un mediu nou sau într-o situație de „unu la unu”.

În clasă, neatenția și impulsivitatea se manifestă prin insuficiență consecvență în îndeplinirea sarcinilor și dificultăți în organizarea și efectuarea corectă a activității.

Subiectul dă impresia că nu ascultă sau nu aude ceea ce i se spune, iar activitatea sa este dezordonată și efectuată neglijent și impulsiv. Impulsivitatea se manifestă prin răspunsuri precipitate la întrebări, înainte ca acestea să fie complet formulate, comentarii imprudente. Nu-și așteaptă rândul la sarcinile de grup, nu se concentrează înainte de a începe să răspundă la teme, întrerupe profesorul în timpul lecției, întrerupe sau vorbește cu alți colegi în timpul perioadelor de activitate în liniște. Hiperactivitatea se manifestă prin dificultăți

în a rămâne așezat, ridicatul excesiv în picioare, alergatul prin clasă, neastâmpăr, manipularea obiectelor, răsucitul și mersul în zig-zag.

Acasă, inatenția se manifestă prin faptul că nu răspunde la solicitări, nu urmează instrucțiunile celorlalți și trece frecvent de la o activitate neterminată la alta. Impulsivitatea se manifestă prin întreruperea sau deranjarea celorlalți membri ai familiei și printr-un comportament înclinat spre accidente (ex: apucarea unei țigări încinse de pe plită). Hiperactivitatea se manifestă prin incapacitatea de a rămâne așezat, când este de așteptat să facă astfel, și prin activități excesiv de zgomotoase.

Cu egalii, inatenția se manifestă prin incapacitatea de a urma regulile unor jocuri structurate și incapacitatea de a asculta alți copii. Impulsivitatea se manifestă prin incapacitatea de a-și aștepta rândul la jocuri, deranj, apucarea obiectelor (fără intenții rău voitoare), angajarea în activități periculoase fără a lua în considerație consecințele posibile. Hiperactivitatea se manifestă prin vorbitul excesiv de mult și prin incapacitatea de a se juca liniștit și de a-și regla activitatea în conformitate cu cerințele jocului.

#### 5. Elementele specifice vârstei.

Manifestarea clinică a hiperactivității cu deficit de atenție netratată se modifică odată cu vârsta. De vreme ce dezvoltarea atenției este strâns legată de atașament, există o relație strânsă între comportamentul cognitiv timpuriu al copilului și relațiile lui interpersonale. Copilul hiperactiv este încă din primele luni de viață un copil neobișnuit. El plânge mult, este iritabil și doarme mai puțin decât majoritatea copiilor. Nu reușește să se joace cu o singură jucărie sau să o exploreze. Distruge sau pierde până și cea mai plăcută jucărie.

La vârsta de 3 ani se observă de regulă clar hiperactivitatea, neatenția și imposibilitatea de a disciplina un astfel de copil. Tulburarea alterează interacțiunile părinte-copil. De obicei copilul este mult mai iritabil și neascultător față de mamă și, ca o consecință, mamele acestor copii sunt de regulă mult mai dominante și mai negativiste, fiind greu de interacționat cu ele. La preșcolari apar semnele hiperactivității motorii grosiere (ex: alergatul sau cățărutul excesiv), copilul este în continuă mișcare, iar inatenția și impulsivitatea se manifestă mai frecvent prin trecerea de la o activitate la alta.

La școlarul mic elementele predominante sunt neastâmpărul și neliștea excesivă. Inatenția și impulsivitatea pot contribui la eșec în îndeplinirea sarcinilor și instrucțiunilor trasate sau la efectuarea neglijentă a activității repartizate. Copilul manifestă frecvent dificultăți de învățare. Unii par a avea probleme perceptive primare (cum ar fi tendința de a inversa literele sau numerele). Alții au dificultăți în învățarea cititului (dislexie), care de regulă sunt secundare impulsivității cu care ei realizează scanarea vizuală.

Dificultățile de învățare pot deriva însă și din slăbirea altor aspecte cognitive. Perturbările atenției pot slăbi discriminarea dintre stimulii relevanți și cei irelevanți și pot tulbura procesele de vigilență susținută sau de reflecție. Spre exemplu, secvenționarea corectă a informației sau discriminarea unui pattern sau concept relevant necesită adesea concentrarea susținută a atenției pe aspectele subtile ale unui stimul, obiect sau idee. Datorită faptului că e distrat, copilul impulsiv poate pierde secvențe sau patternuri. În mod similar, înțelesul abstract sau frazeologic al unui cuvânt, care este parțial definit de contextul în care apare, poate fi pierdut de copilul care procesează informația într-o manieră fragmentară (mai exact el procesează fragmente de informație ce se succed rapid).

În clasă, comportamentul copilului hiperactiv se caracterizează prin neastâmpăr, eșec în terminarea proiectelor, impulsivitate, slabă concentrare a atenției, subminare a autorității și distractibilitate. Caietele lui sunt murdare și dezorganizate. Adesea își uită responsabilitățile, pierde caietele de teme și își neglijează sarcinile școlare.

În perioada gimnaziului, copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție sunt de regulă adânciți în conflict. Părinții sunt incapabili să-i mai stăpânească, profesorii nu reușesc să-i ajute să se adapteze la regulile clasei, colegii sunt deja plictisiți de comportamentul lor imatur și provocativ, într-o permanentă cerere de atenție. Vecinii se plâng în permanență că le distrug proprietatea și că le influențează negativ copiii. Până acum unii au fost deja greșit diagnosticați ca având tulburări de conduită sau dificultăți de învățare.

Pe măsură ce copilul devine conștient de dificultățile lui de învățare, de izolarea socială în care se adâncește, stima de sine scade treptat și devin tot mai pronunțate laturile depresivă și sociopatică ale personalității. Stima de sine scăzută este în parte reactivă, fiind reflectarea nereușitei în îndeplinirea sarcinilor, rejecției sociale, sentimentelor de izolare și incapacității de a susține relațiile de atașament. Incapacitatea lor de a-și susține atenția sau de a menține un interes prelungit pentru o activitate duce la sentimente de plictiseală și la o difuzie a identității. Dezorganizarea internă evoluează în paralel cu comportamentele simptomatice haotice. Acestor copii le lipsește angajamentul și direcția și nu reușesc să-și direcționeze eforturile în secvențe de reușită cu sens. Dezvoltarea continuității emoționale (realizarea legăturii interne dintre percepții și înțelegere pe de o parte, și sentimente, pe de altă parte) poate fi de asemenea dificilă pentru acești copii (Gardner, 1979).

Pentru mulți copii hiperactivi, pubertatea se constituie într-un punct crucial de tranziție în manifestarea tulburării. Schimbările hormonale par să mărească controlul cortical și să diminueze hiperactivitatea. Cazurile care nu înregistrează această diminuare în simptomatologie se manifestă în adolescență prin creșterea agresivității, dificultăți de învățare și un neastâmpăr emoțional și

comportamental. Adolescenții care urmează tratament psihoterapeutic își pot dezvolta mecanisme compensatorii care le permit să-și controleze comportamentul. Ceilalți persistă într-un comportament de continuă căutare de stimuli și de asumare a riscului. Studiile au arătat o incidență mai mare a abuzului de substanțe la adolescenții cu hiperactivitate cu deficit de atenție reziduală, posibil ca o metodă de a diminua neastâmpărul motor și anxietatea subiectivă. Adolescenții care au avut în copilărie hiperactivitate cu deficit de atenție asociată cu o tulburare de conduită au tendința de a adopta acum un comportament antisocial și criminal.

Pe parcursul dezvoltării, hiperactivitatea motorie se diminuează, atingând nivele de agitație controlabile, însă deficitul de atenție și impulsivitatea pot persista până la vârsta adultă. Aceste caracteristici pot lua forma abuzului de droguri sau alcool, asumării riscului, activităților explozive și antisociale. Atenția fragmentară poate duce la o judecată slabă, la obiective neatinse. Căsătoriile pot fi dezbinat, prietenii pierdute, munca neproductivă. De regulă acești adulți sunt părinți inconsecvenți. Ei pot dezvolta tulburări de personalitate. Astfel, într-un studiu realizat în 1981, R.L. Gomez a constatat că există o incidență crescută a hiperactivității cu deficit de atenție în copilărie la pacienții internați cu psihoze sau tulburări caracteriale. În studii similare, alți cercetători au demonstrat că un număr substanțial de pacienți diagnosticați cu personalitate de tip borderline (Andrulonis, 1982) și atacuri de furie necontrolate (Elliott, 1982) au suferit în copilărie de hiperactivitate cu deficit de atenție. De asemenea, o treime dintre bărbații adulți alcoolici au sindrom hiperkinetic rezidual (Wood, 1983).

Elementele asociate variază în funcție de: vârstă, stimă de sine scăzută, labilitate afectivă, toleranță redusă la frustrare, accese de mânie, insucces școlar, simptome ale opoziționismului provocator, tulburări de conduită, tulburări de dezvoltare specifice, encompresis funcțional, semne neurologice minore, nelocalizate, disfuncții perceptiv-motorii. Mulți copii cu tulburare Tourette au și hiperactivitate cu deficit de atenție.

#### 6. Subtipurile clinice ale hiperactivității cu deficit de atenție

Studiile clinice diferențiază între mai multe subcategorii de copii cu hiperactivitate cu deficit de atenție (R.Hunt, 1988). Potențialele subtipuri clinice au fost identificate pe baza următoarelor criterii:

- cei care au un istoric familial ce cuprinde tulburări atenționale, tulburări comportamentale, alcoolism sau tulburări afective (Cantwell, 1976);
- cei care au un istoric medical ce cuprinde traume prenatale sau perinatale sau boli (Gillberg & Rasmussen, 1982);

- cei care au simptome fizice și neurologice ce cuprind: anomalii fizice minore (Rappaport, 1974), simptome neurologice cum ar fi o întârziere a coordonării motorii fine (Schaefer, 1978);
- vârsta de debut;
- prezența simptomelor comportamentale cum sunt agresivitatea, tulburările de conduită (Satterfield, 1981) și discontrolul exploziv (Elliott, 1982);
- cei cu dificultăți cognitive cum ar fi tulburările specifice de învățare (O'Brien, 1982);
- cei cu simptome afective, inclusiv depresia și anxietatea de separație (Gordon & Oshman, 1981).

Alți factori care pot afecta abordarea clinică a copiilor cu sindrom hiperkinetic și răspunsul lor la medicamente sunt (R.Hunt, 1988):

- mediul familial și cultural (Idol-Maestas, 1981);
- variabilele psihofiziologice cum sunt anomaliiile în EEG (Satterfield, 1973) sau frecvența răspunsului electrocortical (Dykman, 1982).

## 7. Diagnosticul diferențial

Conform cu DSM-III-R, diagnosticul diferențial se face cu:

a) în mediile inadecvate, dezorganizate sau haotice, copiii pot avea dificultăți în menținerea atenției și în comportamentul orientat spre scop. În acest caz este necesar să se determine dacă comportamentul dezorganizat este în primul rând o funcție a ambiției haotice sau dacă se datorează hiperactivității cu deficit de atenție.

b) cu retardarea mintală, în care pot apărea elemente ale hiperactivității cu deficit de atenție. Se pune diagnosticul adițional de hiperactivitate cu deficit de atenție doar dacă simptomele sunt excesive pentru vârsta mintală a copilului.

c) cu tulburările de dezvoltare de tip pervaziv, caz în care diagnosticul de hiperactivitate cu deficit de atenție este exclus.

d) cu tulburările afective, unde apare agitația psihomotorie și dificultatea de concentrare. În aceste cazuri se ia în considerație diagnosticul de tulburare afectivă înainte de a pune diagnosticul de hiperactivitate cu deficit de atenție.

e) cu tulburarea cu deficit de atenție nediferențiat, caz în care nu apare impulsivitatea și hiperactivitatea.

Robert Hunt (1988) consideră că diagnosticele posibile adiționale ce trebuie luate în considerație atunci când se pune diagnosticul de hiperactivitate cu deficit de atenție sunt: tulburările de învățare, tulburările afective, tulburările anxioase, tulburarea de personalitate antisocială, tulburările de conduită și opoziționismul provocator.

*Tulburările de învățare.* O tulburare specifică de învățare apare atunci când funcționarea cognitivă este slăbită comparativ cu alte apăsitudini intelectuale mai generale. Mulți copii cu hiperactivitate cu deficit de atenție pot avea tulburări lexice sau aritmetice specifice. Tulburările de învățare pot reflecta slăbiri ale percepției, recunoașterii corticale, integrării, secvențierii, abstractizării și memoriei (fixare și recunoaștere). Toate aceste funcții sunt legate de procesele atenționale, dar nu se limitează la acestea. În unele cazuri, deficitul atențional poate reflecta o perturbare în procesul de atribuire a înțelesului la stimuli. Poate fi vorba despre o perturbare a mecanismelor fiziologice care modulează excitarea și aportul de stimuli externi.

Se poate face o importantă distincție diagnostică și terapeutică între copiii cu tulburări de învățare sau perceptuale fără hiperactivitate și cei cu hiperactivitate cu deficit de atenție. Copiii cu tulburări de învățare primare au mai multe dificultăți în procesarea informației (percepție, orientare secvențială, abstractizare, stocare în memorie sau reproducere), în integrarea motrică și în producerea mișcărilor, dar sunt mai puțin impulsivi și distrați decât cei hiperactivi. Acești copii, de regulă, nu pot beneficia de pe urma medicației și au nevoie de educație specială.

*Tulburarea de conduită.* Copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție prezintă un risc crescut pentru dezvoltarea unei tulburări de conduită. Impulsivitatea și tendința lor spre acțiune împiedică adesea o bună judecată. Apăsitudinile lor sociale slabe determină utilizarea lor pe post de „țap ispășitor” de către alți copii care se comportă deviant. Înșă variabilele familiale și sociale influențează puternic probabilitatea ca acei copii hiperactivi să dezvolte o tulburare de conduită. Tulburarea de conduită poate fi ușor diferențiată de hiperactivitatea cu deficit de atenție pură și este predictivă pentru comportamentul antisocial. Mulți copii hiperactivi respectă drepturile și proprietatea altora, sunt loiali în relațiile interpersonale, își mențin prietenii și aderă la un sistem organizat de valori.

*Tulburarea afectivă-depresivă, maniaco-depresivă.* Depresia poate surveni ca un răspuns subiectiv la evenimente de viață stresante. Incidența depresiei la copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție este între 30 și 50 %.

În adolescența timpurie mulți copii cu dificultăți de învățare și comportamentale dezvoltă o stimă de sine scăzută și simptome de depresie. De regulă, la această vârstă părinții, profesorii și mai ales colegii sunt mai puțin toleranți cu dificultățile persistente ale unui copil mai mare. Adolescentul însuși trăiește dorințe potrivite cu vârsta lui, de a se integra în colectiv și de a fi un adolescent normal, și este posibil să se simtă profund descurajat de el însuși. Incapacitatea lui de a-și canaliza eforturile în secvențe cu scop îi zădărnicește



adesea învățarea și satisfacția, în ciuda aptitudinilor aparente și a expectațiilor înalte.

Este dificil de știut dacă depresia unui adolescent cu simptome persistente de hiperactivitate cu deficit de atenție este o consecință a hiperactivității cu deficit de atenție sau hiperactivitatea cu deficit de atenție este un precursor fenotipic al depresiei la mulți copii cu această predispoziție genetică. Într-un studiu realizat în 1984, Weissman a arătat că un procentaj ridicat dintre copiii de vârstă prepuberală ai pacienților adulți cu tulburări afective sunt hiperactivi, dar nu au simptome de depresie manifestă. Cercetările medicale susțin această idee, deoarece s-a constatat că pacienții hiperactivi răspund foarte bine la medicația antidepresivă și psihostimulantă. De aceea, sarcina clinicianului este de a evalua cu atenție dispoziția copiilor cu probleme comportamentale, cunoscut fiind faptul că tulburarea de conduită și hiperactivitatea pot fi fazele inițiale ale dezvoltării unei tulburări afective (Puig-Antich, 1982). În sprijinul acestei diferențieri poate veni o anamneză atentă a istoricului familial, cu referiri la simptomele de hiperactivitate, dificultăți de învățare și perturbare afectivă.

Relația între dispoziție și comportament a fost examinată (Madison, 1984) în trei grupuri diagnostice de copii (cu depresie, cu tulburare de conduită și cu hiperactivitate cu deficit de atenție), prin administrarea unui interviu psihiatric standardizat și cerându-le părinților, profesorilor și clinicienilor să aprecieze pe scări gradate dispoziția și comportamentul copiilor. S-a constatat că aproximativ 40% dintre copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție aveau simptome semnificative de depresie, iar 50% dintre ei aveau simptome de tulburare de conduită. O treime dintre copiii depresivi aveau hiperactivitate motorie. În alt studiu realizat în 1981 de Staton & Brumback s-a constatat că din 178 de copii evaluați psihiatric pentru probleme școlare, 44% prezentau hiperactivitate motrică, iar dintre aceștia 75% sufereau de depresie coexistentă (evidențiată prin tulburări ale somnului, acuze somatice, interes social și academic diminuat și autodeprecieri).

Într-un studiu realizat pe 100 de copii cu tulburare de conduită, dintre care un număr important îndeplineau criteriile hiperactivității cu deficit de atenție, Puig-Antich (1982) a identificat prezența depresiei semnificative la o treime dintre aceștia. Când acest subgrup a fost tratat cu antidepresive, comportamentul lor antisocial s-a diminuat.

Pe plan clinic, depresia primară se caracterizează prin diminuarea intensității proceselor afective, inclusiv stimă de sine scăzută, scăderea interesului și implicării în activitate sau în evenimentele sociale, lipsa de speranță în legătură cu viitorul, alterarea episodică a energiei, a nivelului de activitate, a dispoziției, a somnului și a apetitului. Expresia facială nefericită a copilului sau dispoziția iritabilă pot fi evidente la interviul clinic. Este posibil ca neatenția să

se manifeste mai mult prin îngrijorare și autopreocupare decât prin distragerea atenției. Când depresia apare timpuriu este mai puțin probabil să se caracterizeze prin hiperactivitate și neatenție severă.

*Dezvoltarea de personalitate atipică a copilăriei.* Acești copii sunt dificil de caracterizat datorită simptomelor lor ce se situează între hiperactivitatea cu deficit de atenție, schizofrenie și autism (McManus, 1984). Ei îndeplinesc criteriile hiperactivității cu deficit de atenție, dar la acestea se adaugă personalitatea schizoidă, afectele slabe sau nepotrivite, dificultatea discursului și inflecțiunilor, legăturile sociale slabe, impredictibilitatea comportamentului, preocuparea pentru detalii și rigiditatea personalității. Acești copii dezvoltă comportamente stereotipe sau devin mai dezorganizați la tratamentul cu medicație psihostimulantă.

#### 8. Particularitățile școlare ale copiilor cu hiperactivitate cu deficit de atenție.

În prezent, relația exactă între dificultățile de învățare și hiperactivitatea cu deficit de atenție este neclară (Silver, 1990, citat de Bender & William, 1993). Problema majoră ce intervine în definirea relației dintre dificultățile de învățare și hiperactivitatea cu deficit de atenție o reprezintă criteriile inconsistente utilizate pentru diagnosticul celor două tipuri de tulburări. Fiecare se presupune că rezultă dintr-o tulburare neurologică. Într-o dificultate de învățare sunt afectate principalele procese psihologice implicate în învățare. În hiperactivitatea cu deficit de atenție trebuie să se manifeste cel puțin trei caracteristici: hiperactivitatea (deficite în controlul nivelului activității motorii), neatenția (deficite în concentrarea și susținerea atenției) și impulsivitatea (lipsa reflectării înainte de a acționa) (Shaywitz & Shaywitz, 1988, Silver, 1990, în Bender & William, 1993).

The Intergency Committee on Learning Disabilities. (Shaywitz, 1987) afirmă faptul că numărul elevilor americani ale căror dificultăți de învățare sunt însoțite de hiperactivitate variază între 5% și 25%. În 1990 Silver estimează aceste procente ca fiind între 15% și 20%. De asemenea, un procentaj mare de copii hiperactivi sunt diagnosticați ca având și dificultăți de învățare. Dintre elevii diagnosticați ca hiperactivi, între 30% și 40% au nevoie de educație specială (Bender & William, 1993).

Un procent notabil de copii cu hiperactivitate cu deficit de atenție (23-30%) nu au performanțe școlare la nivelul vârstei și capacității lor intelectuale (Epstein, 1991, Froel & Lahey, 1991, Shaywitz & Shaywitz, 1991). Se speculează că problemele legate de hiperactivitate, impulsivitate și atenție interacționează și astfel produc dificultăți școlare (Weiss & Hechman, 1986). Aceste dificultăți școlare ale copiilor cu hiperactivitate cu deficit de atenție



inclus repetarea clasei (Barkley, 1988) și achiziționarea unui număr mult mai mic de cunoștințe, în ciuda potențialului intelectual (Coleman, 1992, Bender & William, 1993).

Educarea unui copil cu deficit de atenție (cu sau fără hiperactivitate) este o adevărată piatră de încercare pentru învățător (Parker, 1988). Copiii cu deficit de atenție fără hiperactivitate sunt incapabili să-și mențină atenția la sarcină, sunt dezorientați și adesea uită sarcinile și rutina clasei. Acești copii dau impresia că trăiesc în altă lume și pot să arate o atitudine pasivă în clasă.

Copiii cu hiperactivitate cu deficit de atenție au de asemenea dificultăți de organizare, menținere a atenției și uitare a procedurilor școlare însă, prin comportamentul lor impulsiv și hiperactiv, tulbură activitatea normală a întregii clase. Au tendința de a manifesta o „neatenție activă”, determinând astfel întreruperea din activitate și a altor copii din jurul lor. Ei devin o figură proeminentă în clasă, însă în sens negativ. Au tendința de a vorbi excesiv, de a nu se adapta, de a nu asculta, de a reacționa excesiv la evenimentele clasei, sunt imaturi, nepregătiți, neatenți și, în cazurile cele mai serioase, pot fi descriși ca sălbatici, agresivi și cu tendința de a discredita autoritatea învățătorului (este posibil ca aceste cazuri extreme să fie diagnosticate adițional și cu tulburare de conduită). Acești copii prezintă un pattern al acestui comportament încă din grădiniță și, în lipsa tratamentului, comportamentul lor va fi astfel pentru mulți ani de școală.

Într-un studiu longitudinal realizat în 1988, Bodreault & colab. au demonstrat faptul că subiecții hiperactivi pervazivi, care se manifestă atât la școală, cât și acasă, prezintă semnificativ mai multe dificultăți în învățarea citirii decât copiii normali. De asemenea, alte studii (Parker, 1988) au arătat prezența unor întârzieri în învățarea scrierii la copiii hiperactivi.

#### **IV.4. Modalități de abordare a copiilor cu devieri comportamentale**

##### **1. Controlul comportamentului deviant al copilului**

Pentru a putea controla cu eficiență comportamentul copilului, părintele trebuie mai întâi să înțeleagă motivele acestui comportament. Fiecare copil s-a născut cu propria sa structură temperamentală, care se manifestă încă de timpuriu în comportamentul său. Unii sunt extrem de independenți și încăpățânați încă din primii ani de viață, în timp ce alții sunt de la început mai dependenți de părinți și se mulțumesc cu ceea ce primesc. Un copil cu un temperament dificil este mult mai posibil să reacționeze agresiv la frustrare și să opună mai multă rezistență la instrucțiunile părinților.

Un rol important în dezvoltarea relației părinte-copil îl are și personalitatea părintelui. Părinții care sunt inconsecvenți, nerăbdători, care au reacții exagerate, sau care cer prea mult de la copil, prin incapacitatea lor de a răspunde corect copilului, pot provoca comportamente deviante din partea acestuia. Același rezultat îl obțin și acei părinți care nu le acordă copiilor suficientă atenție, care sunt prea permisivi. Însă, cele mai comune cauze ale comportamentului agresiv al copilului sunt comportamentele agresive și coercitive ale părinților.

O altă cauză a comportamentului deviant la copil poate fi stresul marital. Acestea îi provoacă copilului anxietate și îngrijorare, sentimente care sunt exteriorizate prin comportament deviant.

În corectarea comportamentului copilului, părinții fac de regulă o serie de greșeli. Le voi prezenta în continuare pe cele mai comune dintre acestea (Parker, 1988).

Ei nu întăresc prin recompensă comportamentul pozitiv al copilului. Copiii răspund mult mai bine la recompensă decât la pedeapsă sau la dezinteres. De multe ori părinții consideră normal faptul că un copil se comportă bine, iar acest comportament nu este recompensat în nici un fel. Când un comportament pozitiv este urmat de o recompensă, chiar și numai o apreciere verbală pozitivă, un zâmbet, o îmbrățișare, acel comportament va fi întărit și posibilitatea ca el să fie repetat de către copil în viitor crește. Pe lângă aceasta, recompensarea comportamentelor pozitive întărește stima de sine a copilului, îl face să se simtă bine în propria piele și îi crește încrederea în sine.

Părinții pot evita, conștient sau inconștient, confruntarea pe loc cu comportamentul greșit al copilului. Ei se mulțumesc să-i repete la nesfârșit copilului să înceteze să se comporte astfel și să-i explice de nenumărate ori ce se va întâmpla dacă va continua cu comportamentul respectiv. În mod ideal părintele ar trebui să reacționeze după următoarea schemă: îi comandă copilului să se oprească, îl avertizează să se oprească, și îl pedepsește dacă comportamentul nu a încetat. Atunci când părintele neglijează să pedepsească un comportament greșit, copilul rămâne cu impresia că totuși poate continua să se comporte astfel. De obicei, părintele nu pedepsește un comportament negativ fie pentru că consideră că nu are timp, fie pentru că vrea să evite un conflict cu copilul. Dar trebuie menționat aici faptul că utilizarea exagerată a pedepsei poate duce la demoralizarea copilului, la deteriorarea relației părinte-copil sau la apariția unor resentimente ce pot provoca probleme psihologice mult mai grave.

O altă greșală frecventă a părinților este aceea de a răspunde la comportamentul negativ prin întărirea lui neintenționată. Acest pattern de reîntărire este de formă: Nu, Nu, Nu, Da. Sunt genul de părinți inconsecvenți, care până la urmă cedează la argumentele copilului. Copilul trage în acest caz o

concluzie de tipul: Dacă insist mult, până la urmă mama va ceda. De cele mai multe ori părintele simte că își pierde puterile în fața cerinței constante a copilului. El ajunge la concluzia că nu se poate face nimic pentru a întrerupe comportamentul negativ al copilului și este mai ușor să cedeze decât să-l disciplineze.

O altă greșeală a părinților este inconsecvența în corectarea comportamentului negativ al copilului. Este vorba atât de inconsecvența unui părinte în legătură cu propriile sale decizii (nu se comportă la fel de fiecare dată când apare comportamentul negativ), cât și de inconsecvența dintre cei doi părinți, care tratează diferit comportamentul greșit al copilului sau se contrazic în privința măsurilor de corectare a acestuia. În cele din urmă, copilul va ajunge la o concluzie de tipul: Este în regulă să mă comport uneori așa.

Atunci când părinții nu se sprijină unul pe celălalt în privința strategiilor de disciplinare a copilului și se contrazic pe această temă, este mult mai ușor pentru copil să-i manipuleze pe amândoi. În astfel de situații copilul va deține prea multă putere în cadrul familiei. Relațiile din astfel de familii se vor structura în triunghiuri de tipul celui din fig. 4.

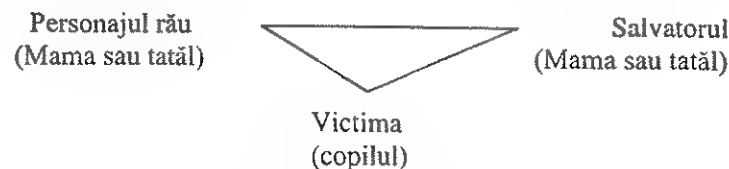


Fig. 4: Triunghiul relațiilor într-o familie cu structură disfuncțională (după Parker, 1991)

Aceste triunghiuri se dezvoltă de obicei atunci când unul dintre părinți consideră că celălalt este fie prea exigent, fie prea înțelegător cu copilul. În acest triunghi părintele care îl pedepsește mai mult este văzut de copil ca fiind personajul rău, iar cel care îl pedepsește mai puțin este văzut ca salvatorul său. Când unul dintre părinți pedepsește și celălalt salvează, efectul este zero. Copilul trece de partea părintelui salvator și se vede pe sine ca victimă a părintelui care l-a pedepsit.

Cea mai bună metodă de a face față comportamentului negativ al copilului este de a utiliza întărirea pozitivă. Comportamentele care sunt urmate de întărire pozitivă au mai multe șanse să se repete. Această întărire pozitivă poate fi de natură socială (un cuvânt de aprobare, o îmbrățișare, etc.) sau de natură fizică (un dar, un privilegiu, etc.). Când copilul este învățat un nou comportament, este ideal ca acest comportament să fie recompensat de fiecare dată când apare.

Întărirea pozitivă trebuie să fie însoțită de o comunicare asertivă. Psihologul american Harvey Parker descrie trei modalități prin care părinții comunică cu copiii lor (Parker, 1991): pasiv, agresiv și asertiv.

- Părinții care comunică pasiv au tendința de a pune nevoile și dorințele copilului deasupra propriilor sale nevoi. Ei sunt foarte ușor manipulați de copil și nu reușesc să se facă ascultați de acesta. Scopul lor este de a păstra liniștea în casă și în concluzie își ghidează întregul comportament în acest sens. Adesea acestor părinți le este teamă să se adreseze autoritar copilului, crezând că astfel vor pierde afecțiunea acestuia și vor intra în conflict cu el. Din aceleași motive, acești părinți nu formulează așteptări clare față de copilul lor.

Dacă un părinte se recunoaște în cea mai mare parte dintre următoarele afirmații, atunci cu siguranță stilul său comunicational este pasiv (adaptare după Parker, 1988): 1) consider că nevoile și dorințele fiului meu sunt mai importante decât propriile mele nevoi și dorințe, 2) fac tot ce pot pentru a aplană conflictele din familie deoarece pentru mine liniștea căminului meu primează, 3) dacă aș fi mai autoritar cu fiul meu, acesta m-ar iubi mai puțin, 4) mi se întâmplă să ascund de partenerul meu unele greșeli ale copilului, 5) adesea îmi dau seama că, deși a greșit, copilul meu a avut motive întemeiate pentru a se comporta așa, 6) în general nu-i spun foarte clar fiului meu la ce mă aștept de la el, 7) când copilul meu nu mă ascultă mă supăr sau încep să plâng, 8) după o discuție contradictorie cu copilul meu, mi se întâmplă să nu vorbesc cu el mai mult timp.

Exemplu de comunicare pasivă:

Mama: „Răzvan, este timpul să-ți scrii temele!”

Răzvan: „Mai lasă-mă puțin să se termine desenele animate!”

Mama: „Știi bine că la ora asta tu îți scrii temele. Dacă nu începi acum, nu vei avea timp.”

Răzvan: „Dar azi e duminică. Te rog, încă zece minute!”

Mama: „Bine, dar după ce se termină desenele animate promiți că te apuci de lecții?”

Răzvan: „Da, mami.”

- Părinții care comunică agresiv cu copilul lor sunt aceia care pun dorințele și nevoile lor înaintea nevoilor copilului. În încercarea lor disperată de a impune reguli în casă, calcă în picioare demnitatea copilului. Ei utilizează amenințări, pedepse, jigniri la adresa copilului. Aspectul esențial al acestui stil de comunicare este dominarea copilului prin putere. Un astfel de părinte nu ține niciodată cont de opinia copilului, cerându-i acestuia să facă lucrurile exact

așa cum îi spune el. Scopul nedeclarat al părintelui este victoria, fapt ce are un efect extrem de negativ asupra stimei de sine a copilului.

Dacă un părinte își recunoaște comportamentul în majoritatea afirmațiilor următoare, atunci stilul său comunicațional este unul agresiv (adaptare după Parker, 1988): 1) am tendința să țip atunci când copilul meu se comportă neadecvat, 2) în general resping cererile copilului înainte de a le auzi în întregime, 3) am tendința de a-l jigni pe copilul meu atunci când nu se comportă adecvat, 4) consider că nevoile și dorințele mele sunt mai importante decât nevoile și dorințele copilului meu, 5) consider că bătaia este cea mai bună metodă pentru a-l face pe copilul meu să mă asculte.

#### Exemplu de comunicare agresivă:

Mama: „Răzvan, este timpul să te apuci de lecții!”

Răzvan: „Te rog, mami, mai lasă-mă zece minute, până se termină desenele animate!”

Mama: „În permanență găsești scuze ca să nu-ți faci temele. Ești leneș și dezordonat și fără simțul răspunderii. Te rog frumos în clipa asta să închizi televizorul și să treci la lecții. Ne-am înțeles?”

Răzvan: „Da, mami.”

• Părinții care comunică asertiv își exprimă ideile și cerințele față de copil în mod rezonabil, dar în același timp clar și direct. Ei rămân pe poziție, dar o fac fără a jigni sau a țipa. Ei țin cont de nevoile copilului și îi ascultă cu atenție cerințele. Acești părinți își încurajează copilul să gândească independent și să se comporte adecvat. Ei îi explică întotdeauna copilului motivele pentru care trebuie respectate regulile și îi dau acestuia șansa de a se exprima.

Dacă un părinte se recunoaște în cea mai mare parte dintre următoarele afirmații, atunci cu siguranță stilul său comunicațional este unul asertiv (adaptare după Parker, 1988): 1) întotdeauna spun ceea ce gândesc în discuțiile cu fiul meu, 2) înainte de a-i spune copilului meu să facă ceva îl privesc în ochi, 3) când fiul meu îmi vorbește, îl ascult cu atenție, 4) nu cedez niciodată când copilul încearcă să discute sau să modifice reguli stabilite de comun acord.

#### Exemplu de comunicare asertivă:

Mama: „Răzvan, este timpul să-ți scrii temele!”

Răzvan: „Te rog, mami, mai lasă-mă zece minute, până se termină desenele animate!”

Mama: „Îmi pare rău, dar știi bine că regulile trebuie respectate. Va trebui să renunți la desenele animate de astăzi și să-ți scrii temele la ora la care ai promis.”

Psihoterapeuții comportamentaliști includ în demersul terapeutic programe speciale de „antrenare” a părinților care au copii cu tulburări comportamentale. În esență, aceste programe au ca scop modificarea manierei în care părinții interacționează cu copilul lor (J.Dumas, 1992). Astfel, părinții sunt învățați: a) să descrie comportamentul copilului (atât pozitiv cât și negativ) în termeni observabili, b) să observe și să înregistreze secvențe comportamentale, c) să răspundă consecvent la comportamentele pe care le observă, d) să utilizeze tehnici specifice de recompensă și pedeapsă, e) să utilizeze modalități adecvate de comunicare.

## 2. Adaptarea clasei la cerințele unui copil cu devieri comportamentale

Pentru a face față unui copil cu tulburări de comportament, învățătorul trebuie să-și modifice întregul stil de lucru în clasă.

Astfel, dacă copilul manifestă impulsivitate, cel mai indicat este să se ignore comportamentele necorespunzătoare de importanță minoră, să fie recompensat sau pedepsit imediat ce comportamentul s-a produs, să fie supravegheat în pauze. Este foarte important ca învățătorul să evite criticarea copilului, în special în fața clasei. Fiecare comportament pozitiv, indiferent dacă este de importanță minoră, trebuie imediat evidențiat și subliniat.

Învățătorul poate chiar încheia un contract comportamental cu copilul, câștigându-i astfel încrederea. Copilul trebuie instruit să-și controleze propriul comportament. Astfel, i se spune că nu va fi numit să răspundă la lecție decât dacă ridică mâna. Sub nici o formă nu se vor lua în considerație răspunsurile date dezordonat de acesta.

Dacă copilul are dificultăți în menținerea atenției în sarcină, este indicat să fie așezat într-o zonă liniștită a clasei, departe de fereastră, lângă un coleg ce poate fi luat ca model. Este bine ca unui astfel de copil să i se acorde mai mult timp pentru realizarea sarcinilor. De regulă, sarcinile lungi se fragmentează în secvențe mai scurte. Cerințele față de acest copil pentru obținerea unui calificativ mai bun trebuie să fie mai reduse, pentru a-i da sentimentul reușitei. De asemenea, este indicat să i se dea teme mai scurte. Când vorbește cu un copil cu dificultăți atenționale, învățătorul trebuie să-l privească în ochi. Un învățător experimentat va stabili un semnal confidențial cu copilul. Astfel, atunci când acesta iese din sarcină, învățătorul poate să-l atenționeze fără a-l pune în inferioritate în fața colegilor.

Cei mai mulți copii cu tulburări comportamentale sunt dezorganizați, împrăștiți. Este indicat să se utilizeze material vizual în predarea lecției. Copilul va fi ajutat să-și organizeze activitatea. I se poate chiar impune să aibă o agendă în care să-și noteze toate sarcinile și temele pentru acasă. Un astfel de copil trebuie controlat regulat dacă și-a făcut temele și încurajat să-și țină

lucrurile în ordine. Este bine să i se dea sarcinile pe rând, pentru a evita confuzia. Învățătorul îl poate ajuta să-și stabilească scopuri pe termen scurt, pentru a savura mici succese ce au darul de a-i îmbunătăți stima de sine.

De regulă acești copii au o dispoziție proastă, fapt pentru care ei trebuie să fie în permanență încurajați. Este bine să fie lăudați pentru rezultatele obținute și pentru comportamentul pozitiv. Învățătorul trebuie să-i vorbească cu calm, fără amenințare, chiar dacă el manifestă nervozitate. Înainte de a-i face reproșuri, trebuie să ne asigurăm că a înțeles instrucțiunile. Sunt extrem de utile discuțiile individuale ale învățătorului cu copilul și consultările frecvente cu părinții. Este bine să i se dea posibilitatea de a fi lider în clasă sau să-și ajute un coleg la o materie la care are rezultate bune.

Pe planul socializării, este indicat să se evidențieze comportamentul social pozitiv, iar copilul să fie încurajat să observe un coleg-model. Se evită, pe cât posibil, implicarea copilului în activități sociale cu grad competițional ridicat, acestea putând provoca activare, dezorganizare și frustrare. În schimb, se încurajează învățarea în colaborare cu alți colegi și chiar se dau sarcini de acest tip. Un astfel de copil trebuie recompensat frecvent, pentru a-i crește stima în clasă. I se dau chiar responsabilități sociale (spre exemplu este numit responsabil cu disciplina în clasă pe timpul pauzelor), pentru a fi privit într-o lumină pozitivă de către colegi.

Toate aceste măsuri au și rolul de a susține un demers psihoterapeutic atunci când copilul beneficiază de un astfel de serviciu. În acest caz, programul implementat în clasă se stabilește împreună cu psihoterapeutul și cu părinții copilului.

Un rol extrem de important îl are relația care se stabilește între părinții unui copil cu comportament deviant și învățătorul acestuia. Printr-o bună colaborare, prin monitorizarea activă a comportamentului copilului, rezultatele nu vor întârzia să apară.

## CAPITOLUL V: Endogeniile și insuficiențele psihice la copil

### V.1. Clasificarea endogeniilor la copil

Endogeniile la copil se clasifică în două mari categorii (Ghiran, 1991):

#### A. Psihozele endogene:

##### 1. Depresia

##### 2. Schizofrenia infantilă

- a. Schizofrenia sugarului (Bender)
- b. Autismul infantil tipic (descriș de Kanner)
- c. Autismul atipic
- d. Sindromul lui Rett
- e. Demența Heller
- f. Schizofrenia simbiotică hiperkinetică (descrișă de Margaret Mahler)
- g. Forma perioadei de latență (6-12 ani)
- h. Schizofrenia infantilă (Bleuler) - între 7 și 14-15 ani

#### B. Insuficiențele psihice (oligofreniile)

### V.2. Psihozele endogene

#### V.2.1. Depresia în copilărie

Termenul de depresie este de curând-introdus în psihopatologia copilului. Până acum treizeci de ani nici nu se pomenea de depresie la copii. Astfel, spre sfârșitul anilor '50 teoria psihanalitică, dominantă în acea perioadă, pleca de la ideea că depresia adultului își are izvorul în sentimentul de vină produs de instanța superioară a personalității (superego). Copilul însă nu are un superego prea dezvoltat (deoarece această instanță se formează spre adolescență), ceea ce înseamnă că el este incapabil să trăiască genul de tulburare depresivă specifică adulților.

În 1974, Cytryn & McKnew au demonstrat că la copil pot apărea o serie de probleme comportamentale care sunt „echivalentul” depresiei adultului. Autorii au denumit această formă depresie mascată și includeau aici o gamă extrem de largă de simptome, de la anxietate la delinvență. Singura idee

promovată de ei care merită reținută este aceea că simptomele unei tulburări psihice la copil pot fi cu totul diferite de cele ale adultului.

În 1978 Lefkowitz & Burton au lansat ideea că o serie de simptome asemănătoare cu cele ale adultului pot apărea și în copilărie, însă ele pot fi fenomene ale dezvoltării normale ce se vor disipa în timp.

Abia în 1980, în DSM-III, Asociația Psihiatrilor Americani statuează atât ideea că este corect să se vorbească de depresie la vârsta copilăriei, dar chiar și ideea că simptomatologia este aproape identică cu cea a depresiei adultului. În ediția revizuită a aceluiași manual (DSM-III-R, 1987) este descrisă în detaliu depresia copilăriei.

Cea mai nouă orientare în domeniul psihopatologiei dezvoltării (Cantwell, 1990) privește depresia copilului ca pe un construct ipotetic legat de un grup de simptome observabile. Definiția operațională a acestui construct se determină pe cale empirică în funcție de vârstă. Unele dintre simptome pot fi aceleași cu cele ale adulților cu tulburări depresive, în timp ce altele pot fi specifice copilului de o anumită vârstă. Oricare dintre simptome, luat singur, poate fi considerat un fenomen normal de dezvoltare. Combinațiile variate sau frecvența simptomelor pot fi un indicator de psihopatologie la o anumită vârstă.

Un episod depresiv în copilărie are o durată în medie de 7 până la 9 luni și aproximativ două treimi dintre acești copii vor manifesta și alte episoade recurente în viața adultă (Kovacs, 1989). Frecvența tulburării în populație este 2-10% (S.Turner, 1992).

Un episod depresiv major la copil apare (DSM-III-R) atunci când acesta prezintă pe o perioadă de cel puțin două săptămâni o dispoziție depresivă, pierderea interesului pentru mediu și/sau iritabilitate. În plus, apar încă patru dintre următoarele simptome: scade în greutate, are tulburări de somn, agitație psihomotorie sau retardare pe plan psihomotor, oboseală, stimă de sine scăzută sau vină excesivă, probleme de concentrare și gânduri sau/și tentative de suicid. Copiii de vârstă prepuberală (9-12 ani) pot manifesta adițional preocupări somatice, halucinații auditive și/sau anxietate.

Cercetările au arătat că simptomele depresiei infantile diferă foarte mult în funcție de vârstă și sex. Astfel, copiii până la 10 ani manifestă în special tristețe, semne vegetative, retragere socială și acuze somatice (S.Turner, 1992). Băieții de vârstă școlară mică adaugă acestei simptomatologii discuții cu teme de suicid, iar fetele manifestă anxietate și idei de persecuție (Achenbach & Edelbrock, 1983).

În diagnosticarea depresiei la copil este foarte important să facem diferențierea între:

- un singur simptom al dispoziției depresive: dacă acesta apare izolat este considerat o reacție normală, de durată limitată, la o varietate de stimuli din mediu;

- sindrom, sau un cluster de simptome ce implică dispoziția depresivă;
- tulburare, care cuprinde sindromul însoțit de dificultăți sociale și educaționale.

## V.2.2. Schizofrenia infantilă

### 1. Caracterizarea generală a schizofreniei infantile

Schizofrenia este o psihoză cronică, procesuală, caracterizată prin disocierea personalității (A.Romilă, 1997). Persoana pierde contactul cu realitatea, apar profunde tulburări ale gândirii și ale afectivității. Boala are o evoluție deteriorantă (Kraepelin).

Kurt Schneider împarte simptomele din schizofrenie în simptome de gradul I și simptome de gradul II. Dacă se întâlnesc ambele, stabilirea diagnosticului este ușoară. Numai cele de gradul II nu sunt suficiente pentru un diagnostic pozitiv.

Simptome de gradul I:

- sonorizarea (ecoul) gândirii - înseamnă ruperea de unitatea gândire - limbaj, cu o ascuțire a laturii fizice a fenomenului; persoana are impresia că este prizonierul unei gândiri sonore, deoarece își aude cu voce tare gândurile.
- dialogul vocilor - pentru el vocea reprezintă un străin pe care îl aude comentând propria activitate, care îi dă ordine contradictorii, i se adresează pe un ton imperativ și pare extrem de periculos. Vocile pe care le aude comentează propria activitate.
- sindromul Kandinski-Clerambault, constând în: pseudohalucinații (depersonalizare, derealizare, percepții delirante, dispoziție delirantă, intuiție delirantă, idei de relație) și idei de influență (mai ales influențe corporale, transmiterea gândurilor din exterior: senzații deosebite transmise din exterior, spre exemplu sunt convinși că emoțiile nu sunt ale lor, ci vin din exterior).

Simptome de gradul II: celelalte halucinații (optice, gustative, olfactive, cinestezice) și intuiții delirante.

Schizofrenia apare la 0.85-1% din populație. Îmbolnăvirea apare și înainte de adolescență, la copii, dar cu multe particularități care nu seamănă cu tabloul adultului.

Cauzele apariției schizofreniei sunt multiple:

- genetice: dispoziție specifică poligenică, frecvența bolii este mult mai mare la rudele schizofrenilor.
- infecțioasă: boala apare în catatonii acute febrile.
- ipoteza organogenă (a schizofreniei latente - Bleuler) susține existența unei personalități premorbide schizoide.

- factorii de mediu: familia schizofrenicului nu este nucleară, este o familie ciudată în care fiecare are o independență și o neprecizare de rol ieșite din comun, familia prezintă un caracter schismatic și divergent al opiniilor, în casă este o atmosferă irațională, paranoidă, există preocupări incestuoase, izolare socioculturală, poate fi vorba despre un minus sexual între părinți (și în acest caz băiatul nu se identifică cu tatăl și fata cu mama) sau poate fi vorba despre o structură familială patologică, cu o mamă schizofrenigenă (rece sau extrem de posesivă, tiranică, care manevrează copilul, impunându-i, ca unei proprietăți, conduita în toate contextele sociale) și un tată pasiv și inefficient.

O schizofrenie tratată în primii trei ani are șanse mari de remisie. Este însă foarte cunoscut faptul că 75% din cazuri au debuturi mascate și latente, care se întind pe ani de zile. Se produce astfel un fenomen paradoxal: tot ce numim în copilărie nevroze, psihopatii, reacții, se pot dovedi ulterior debuturi de schizofrenie.

Semnele principale ale debutului de schizofrenie sunt (A.Romilă, 1997):

- tendința schizofrenicului de a se retrage de mai multe ori pe zi în camera lui. Se întinde pe pat cu ochii în tavan și în această viziune își derulează conflictul, nerealizările sexuale, neînțelegerea cu familia care îl presează pentru realitate, comparația pe care o face continuu că poate el nu a fost născut așa.
- atipie: concluzia zilnică a familiei că are de-a face cu un indisciplinat, un încăpățânat ieșit din comun care s-a izolat și care, dacă trece peste o anumită limită ajunge la violență. Critică cu necruțare toate acțiunile familiei. Manifestă răceală și lipsă de interes pentru joc, relaxare, muncă. Face totul doar ca să fie făcut. Este atipia tablourilor neurastenice și a decompensărilor psihopatice, presărată cu momente emoționale deosebite care nu se petrec în public, ci în camera lui, unde poți să-l găsești plângând.
- disperă, acuzând că nu mai poate să se concentreze.

Termenul de schizofrenie a fost introdus pentru prima oară în patologia infantilă de către Potter în 1933. Majoritatea autorilor adoptă o atitudine prudentă, menținând în cadrul schizofreniei doar formele ce apar după vârsta de 10 ani. Se consideră că 1-5% din schizofreniile adultului debutează în copilărie. Prevalența bolii în copilărie este de 3-4 %.

La copil, spre deosebire de adult, din cauza insuficienței dezvoltări a funcțiilor psihice, a experienței de viață redusă, a insuficienței delimitări dintre imaginar și real, simptomatologia este mai slab conturată, mai săracă, mai ștearsă și, uneori, modificată de existența - mai ales la vârstele mici - unui sindrom defectual.

Formele clinice asemănătoare cu cele întâlnite la adult, existente și la vârsta puberală și la adolescență sunt: schizofrenia simplă, schizofrenia hebefrenică, schizofrenia catatonică, schizofrenia paranoidă, schizofrenia

latentă, episodul schizofrenic acut, schizofrenia reziduală, forma schizoafectivă, forma neprecizată.

Există însă și forme clinice specific infantile descrise mai amănunțit în acest capitol.

Diagnosticul schizofreniei infantile (Ghiran, 1991) cuprinde diagnosticul pozitiv și cel diferențial:

Diagnosticul pozitiv: dificil datorită varietății manifestărilor psihopatologice, absenței unor modificări paraclinice caracteristice și faptului că numeroase alte afecțiuni pot prezenta în cursul evoluției lor un aspect schizofreniform. Diagnosticul schizofreniei la copil și adolescent se sprijină pe datele clinico-evolutive, anamnestice și paraclinice (de excludere).

Diagnosticul diferențial se face cu:

- manifestările nepsihotice (nevroză, tulburări de comportament și personalitate, tulburări organice);
- episodul maniacal din psihoza maniaco-depresivă. Apar probleme de diagnostic diferențial în special cu forma hebefrenică a schizofreniei, iar episodul depresiv cu forma catatonică;
- tulburările de personalitate de tip schizoid, care apar la unii copii în perioada pubertății și adolescenței, ca urmare a amplificării sensibilității, susceptibilității și dificultăților de socializare. Acestea se diferențiază de schizofrenie prin caracterul lor temporar și prin absența alurii procesuale a bolii.
- psihozele organice (infecțioase, toxice, traumatice, tumorale etc.);
- formele severe de oligofrenie, surditatea și afazia congenitală crează probleme de diagnostic cu forma autistă a schizofreniei infantile.

## 2. Forme de schizofrenie infantilă

*Schizofrenia sugarului (Bender)* - apare la copil încă din primul an de viață pe linie ereditară. Se înregistrează un proces de dizarmonie în dezvoltare cu o nedezvoltare corespunzătoare pe plan motor (diferitele componente motorii se dezvoltă neregulat și inegal); care duce la retard. Pe planul dezvoltării cognitive în schimb apare o dezvoltare precoce (gângurit, cuvinte). Copilul manifestă anxietate constituțională, o anxietate pentru care nu are motive, devenind temător în raport cu mediul înconjurător și cu intrarea în câmpul lui de observație a persoanelor străine. Apar, de asemenea, tulburări neurovegetative de tip circulator, digestiv, termic, cu o mare instabilitate de la o zi la alta. Pe plan comportamental copilul este într-o stare de distonie neurovegetativă foarte accentuată, cu mișcări stereotipe, fără intenționalitate în raport cu lumea înconjurătoare. În ansamblu, avem de-a face cu o dezvoltare insuficientă și inegală.



*Autismul infantil tipic (descrie de Kanner)* este o tulburare ce debutează înainte de 30 luni de viață. Boala apare brusc, după o perioadă de dezvoltare relativ normală. Semnul principal al tulburării este că pacientul se bucură atunci când este lăsat singur (tendință de solitarism, însingurare). Copilul manifestă dezinteres față de lume, nu se mai raportează la norme, nu sesizează mediul, își pierde capacitatea de comunicare. Dacă încerci să-l scoți din această stare se irită și face crize de furie. Limbajul își pierde modularitatea afectivă: apar aproximări, diminutive, bizarerii în conținutul noțiunilor. Memoria este foarte bună pentru substantive, chiar noțiuni abstracte, însă totul este reținut într-un mod mecanic, necontrolat afectiv. Copilul nu poate exprima acțiunile (verbul în general), mai ales acțiunile raportate la pronume (nu se poate exprima la persoana I). Are un limbaj de papagal (caracter detașat al vocii, lipsită de modulații afective, ecolalică) - acest lucru se întâmplă pentru că el nu există ca o conștiință a eului, ca entitate. Are o permanentă preocupare pentru imuabil - nu-i place să schimbe nimic (îi plac situațiile fixe, care nu solicită noi eforturi de adaptare). Rămâne legat de mamă. Este incapabil să anticipeze situații posibile, fapt care îi provoacă anxietate în prezența altor persoane și îi alterează relația cu oamenii. Are în schimb relații cu obiectele, pe care le manevrează însă fără creativitate, cu stereotipie, și mișcări repetitive. Fizionomia îi rămâne inteligentă, dar nu mai face achiziții și nu-l mai poți învăța nimic. Are un comportament general retras.

*Autismul atipic* - poate să apară și după 30 de luni. Copilul în acest caz nu are tulburări de interacțiune socială cu mediul și nici dificultăți de comunicare. El nu are comportamentul restrictiv de retragere al autismului propriu-zis. Apare însă retardul psihic, însoțit de tulburări de limbaj, care țin de lipsa dezvoltării, de pierderea capacității de recepție.

*Sindromul lui Rett* - descrie doar la fete și debutează între 7-24 de luni, în urma unei dezvoltări normale. Se manifestă prin pierderea mișcărilor bine intenționate (la nivelul mâinilor) și a limbajului, însoțite de creșterea perimetrului cerebral (seamănă cu hidrocefaleea). Se stopează interesul pentru joc al copilului, dar rămâne interesul social (nu se pierde legătura cu familia). La nivel motor se înregistrează apraxie și mișcări de rotație ale mâinilor și corpului (mișcări coreoatetozice), care prin spasme duc la deformări (scolioze, etc.). Copilul are handicap psihic și se pot înregistra crize epileptice.

*Demența Heller* este o psihoză organică degenerativă, progresivă. Evoluția progresează rapid spre agravare, până la idiotie completă, pe fondul unei degenerescențe neuronale cerebrale. Tulburarea debutează la 4-5 ani, iar copilul s-a dezvoltat bine până la această vârstă. Brusc, își pierde interesul

pentru jucării și oameni, își pierde capacitatea de concentrare și controlul sfincterian. Pe plan somatic totul merge foarte bine. Apar tulburări de vorbire (parafrază, afazie amnestică, neologie, perseverație, ecolalie, sărăcirea treptată a vocabularului până la mutism complet), agitație psihomotorie, tulburări de comportament de tip disforic și crize epileptiforme.

*Schizofrenia simbiotică hiperkinetică (Margaret Mahler)* - apare în perioada 30 luni - 6 ani, fiind caracteristică în special preșcolarilor. Caracteristicile principale sunt hiperkinezia și imposibilitatea de a se diferenția de mamă - este atât de simbiotic legat de mamă încât nu se poate desprinde. Tulburarea începe brusc, în plină stare de sănătate. În câteva săptămâni își pierde achizițiile și comunicarea, apoi totul se oprește (demențiere). Copilul manifestă crize de agitație psihomotorie ce apar pe un fond de instabilitate permanentă. Are tulburări de somn cu fenomene de pavor nocturn și crize de plâns nemotivate cu manifestări de opoziție zgomotoasă. Pe un fond de anxietate permanentă, se manifestă o sensibilitate exagerată la frustrări afective, nu suportă nici cea mai mică tendință de îndepărtare a mamei. Este logoreic (vorbește mult cu caracter stereotip). Apare tendința marcată de incorporare, transformare corporală.

*Forma perioadei de latență (6-12 ani).* Aceasta este o perioadă din dezvoltarea copilului caracterizată prin echilibru psihic și o dezvoltare mai accentuată pe plan somatic. Tulburarea apare după o perioadă de acuze somatice de ani de zile în care se caută motivul suferinței. Cu alte cuvinte, boala ia la început forma unei suferințe organice, și de aceea debutul nu poate fi stabilit cu precizie. Pe neobservate se produce o restrângere treptată a interesului față de mediu și apariția procesului de deficit, marcat de o serie de dificultăți școlare și randament diminuat. Copilul devine tot mai dezinteresat de lume, este în permanență obosit și preferă să alunece treptat spre inactivitate (până și jocul devine o dificultate). Pe plan somatic se debilizază: scade în greutate, se topește masa musculară, devine stângaci, apar semne de hipogenitalism și are o expresie hipomimică. Pare că are preocupări complexe, dar nu mai poate rezolva situații concrete (are înclinații spre o filosofie sterilă). Se înregistrează o reducere a capacității de contact, mai ales cu cei dragi, tendințe de izolare, chiar autism. Comportamentul devine repetitiv, încărcat de stereotipie, dar și de comportamente bizare, șocante. Pe plan comportamental pot apărea două evoluții ale tulburării: fie spre eretism (în acest caz copilul este expansiv, agresiv, provoacă stricăciuni cu o luciditate impresionantă, intolerant la frustrări, stări de furie, fobii, mișcări și comportamente imprevizibile, fără explicație, neglijent, trăiește bucuria de a murdări obiectele, revoltă lumea înconjurătoare), fie pe linia restrictivă (negativism, inhibiție, mutism, anorexie,

refuz școlar). Este foarte greu de stabilit contactul cu un astfel de copil, deoarece este într-o permanentă apărare, este ciudat în exprimare și nu acceptă contactul ochi în ochi. Privirea lui, deși pare atentă, are o notă de indiferență. Mimica este labilă, schimbătoare, adesea discordantă cu ceea ce vorbește, iar zâmbetul este rece, ciudat, permanent (nu poate fi disimulat).

Copilul manifestă un deficit psihologic discordant cu nivelul de instrucție. Funcțiile de cunoaștere sunt mai tare atinse decât în schizofrenia adultului:

- percepția este bună, dar apare hipoestezia senzorială, imaginația este alterată (fabulație patologică) și rareori apar halucinații.
- gândirea este unitară la început ca dinamică, dar între timp începe procesul de disociere. Este o gândire abstractă, cu elemente obsesiv-fobice, rumații, idei delirante și prevalente (îl împing la activități neobișnuite).
- pe planul limbajului se manifestă tulburări de vorbire (mutism, paralogii sau recădere la un nivel inferior de achiziții).
- pe plan afectiv: distanțare față de valorile pozitive, iritabil, morocănos, treptat apare indiferentismul și dezinteresul pentru lumea înconjurătoare, stări disforice nemotivate (plâns).
- activitatea: hipokinetică, hipobulică, diminuare a activității. Pe acest fond apar stări de furie. Tinde spre perseverență, ritualuri, stereotipii. Copilul își pierde capacitatea de inițiativă (se supune la conveniențele din jur, se manifestă ca un automat).
- personalitatea evoluează cronic spre destrămare: tendință de autism, dedublare, treptat pierderea contactului cu mediul.

*Schizofrenia infantilă (Bleuler)* - începe între 7 și 14-15 ani. Se produce o disociere între funcții, dar și în cadrul fiecărei funcții. Se caracterizează prin ambivalență (copilul nu are siguranță în ceea ce spune și face). Elementul dominant este delirul de incorporare și delirul de relație (apare o relaționare particulară cu lumea).

Funcțiile psihice alterate sunt percepția, gândirea, activitatea, afectivitatea și personalitatea. Se pierde conștiința autopsihică (nu are conștiința bolii).

- percepția: disfuncție senzorială (pierdere a integrării între câmpurile senzoriale, fapt care duce la pierderea treptată a contactului cu realitatea și de aici decurge nesiguranța), hiperestezie senzorială (trăiește toate informațiile la modul dureros), tulburări în percepția spațiului, timpului și schemei corporale, derealizări, depersonalizări, halucinații auditive (cele mai caracteristice, mai ales pseudohalucinații: își aude gândurile, i se fură gândurile), vizuale (terifiante, legate de anxietăți), gustative, olfactive (legate de alterarea relației cu părinții - crede că vor să-l omoare).

- gândirea: tulburări de dinamică (tendența de stereotipie, perseverență, blocaje, merge până la fenomenul de baraj), devine mai voalată (caracter de aproximație în tot ceea ce spune, tendința la abstracțiuni, oboseală mintală), tulburări expresive (în conținutul noțiunilor: ruperea unității conținutului de gândire - se separă tot ce ar trebui să fie legat și se leagă tot ce nu ar trebui), paralogii, aproximări, încurcă sensul concret cu cel figurat, folosește multe condensări, neologisme, cuvinte noi auzite sau fabricate de ei, delir sistematizat de persecuție).

- afectivitatea: tulburări ale echilibrului dispozițional (tendența spre indiferentism), își pierde semnificația afectivă în lumea înconjurătoare, rigiditate afectivă (nu are loc trecerea de la o stare la alta), pierde raportul afectiv cu anturajul, tendința de persiflare (face glume proaste), slabă capacitate de colorare afectivă, de vibrație afectivă, ambivalență și discordanță în timp între afectivitate și idei.

- activitate: hipovulie (alterarea voinței), hipokinezie (topirea activității), ambivalență (nu are capacitate de decizie), parakinezii (activități șocante, stereotipii, poziții vicioase, modificările expresiei fizice a corpului), manierisme, grimase, râs exploziv, ergoschizis (se pierde armonia ce dă frumusețe gestului motor, pierde fluentă mișcării), tulburări de activitate în toate domeniile (vorbire, scris, expresie plastică), activități impulsive, bruște, neprevăzute, tulburări de activitate instinctivă (se reduce, crește sau se pervertește).

- personalitatea: întâi se manifestă frica permanentă că își pierde controlul, apoi îl deranjează foarte mult faptul că este sub influența unor forțe externe, apare un fenomen de dedublare (la început pierderea capacității de control, apoi fragmentarea personalității, până la apersonalizare sau tranzitivism).

- conștiința: pierderea conștiinței de boală, nu are critica stării, nu recunoaște suferința.

### V.3. Insuficiențele psihice

Retardarea mintală indică o scădere sau o diminuare de un anumit grad a funcțiilor intelectuale, fapt care duce la limitări serioase în comportamentul adaptativ al persoanei, care face cu greu față cerințelor vieții cotidiene și standardelor comunității căreia îi aparține. Ea este cunoscută și sub numele de insuficiență psihică primară sau oligofrenie. Retardarea mintală nu este o boală psihică. Individul n-a avut șansa să se dezvolte ca personalitate în raport cu parametrii corespunzători vârstei cronologice, mai ales pe planul cunoașterii și inteligenței, și nu este capabil să-și organizeze singur viața.

Studiele au arătat că frecvența apariției cazurilor de deficiență mintală ar fi de aproximativ 11% din populație. Dintre aceștia, 0.5-1% au  $QI < 60$ , 2-3% au  $QI = 60-75$ , iar 6-7% au  $QI = 75-95$ .

Se vorbește despre mai multe grade ale retardării mintale (DSM-III-R):

- Retardare mintală de limită ( $QI = 70-85$ );
- Retardare mintală ușoară, numită și deficiență mintală ( $QI = 50-70$ );
- Retardare mintală moderată, numită și imbecilitate superioară ( $QI = 35-50$ );
- Retardare mintală severă, numită și imbecilitate joasă ( $QI = 20-35$ );
- Retardare mintală profundă, numită și idiocie ( $QI < 20$ ).

Cunoașterea cauzelor deficienței mintale este foarte importantă pentru eficientizarea măsurilor de profilaxie și tratament medical și pentru creșterea posibilităților de diagnosticare corectă și tratare psihopedagogică diferențiată a formelor de manifestare ale acestei insuficiențe. Efectul factorului etiologic depinde de momentul ontogenetic în care acesta acționează. De multe ori deficiența mintală este o consecință a acțiunii sumate a mai mulți factori care se manifestă fie simultan, fie succesiv. În alte situații, un anumit factor poate acționa indirect asupra dezvoltării psihice, acesta producând mai întâi un mediu nefavorabil.

Cauzele deficiențelor mintale sunt multiple. Acest lucru înseamnă că de obicei retardul intelectual este provocat de acțiunea (simultană sau succesivă) a mai mulți factori. În general, deficiența mintală poate fi generată de trei categorii de factori:

Factori endogeni (ereditari, genetici), care sunt de două tipuri:

- nespecifici – debilitatea endogenă familială;
- specifici: anomaliile craniene familiale (microcefalii, hidrocefalii, sindromul Aber), aberațiile cromozomiale (sindromul Turner, sindromul Klinefelter, hermafroditismul, sindromul Down), ectodermozele congenitale (scleroza tuberoasă, neurofibromatoza, angiomatoza cerebrală) și deficiențele metabolice. În categoria deficiențelor metabolice intră: dislipidozele, disproteidozele (fenilketonuria, sindromul Hartnup, degenerescența hepatolenticulară, sindromul Low) și dismetaboliile hidraților de carbon (galactosemia, hipoglicemia ideopatică).

Factori exogeni (extrinseci):

- prenatali: infecții de natură virotică (rubeolă, gripă infecțioasă, hepatită, oreion), (apariția acestor infecții în cursul primelor trei luni de sarcină are consecințe extrem de grave), infecții de natură bacterigenă (tuberculoză, sifilis), infecții cu protozoare (toxoplasmoza congenitală Gondi), condiții de gestație de natură anatomo-fiziologică (incompatibilitatea factorului Rh), cauze chimice și hormonale (avort provocat nereușit, alcoolismul cronic al mamei, subalimentația mamei), vârsta părinților (mamele de peste 45 de ani sau cele care au avut mai mult de trei nașteri înainte de 20 de ani), emoțiile puternice

ale mamei în timpul sarcinii, radiațiile (tratamente cu raze X în primele 5 luni de sarcină).

- perinatali: asfixia copilului în timpul nașterii (ștrangularea cu cordonul ombilical, inspirarea mucusului, prezența lichidului amniotic în plămâni, administrarea unor doze de antibiotice prea mari, reflexe inspiratorii slabe la copil), hemoragia la copil în momentul nașterii (subdurală, subarahnoidală, intracerebeloasă, intraventriculară, meningeală), traumatismele de natură mecanică suferite de copil în timpul nașterii (utilizarea forcepsului, lovirea craniului de oasele pelviene ale mamei), prematuritatea (copiii cu o greutate la naștere sub 1500g).

- postnatali: meningită sau encefalită, traumatisme mecanice (cădere pe craniu la vârstele mici – provoacă fracturi sau hemoragii intracraniene), factori nutriționali și toxici (deficiența cronică a proteinelor din alimentație), epilepsia.

Factori psihogeni (psihosociali): carențe afective și educaționale.

**Intelectul de limită ( $QI = 70-85$ ).** Inferioritatea intelectuală a acestor copii apare încă de la intrarea în grădiniță, când deja manifestă deficiențe de limbaj, gândire, percepție și interese reduse. Datorită acestor deficiențe, la începutul școlarității acești copii iau un start slab. Inabilitățile lor cresc pe măsură ce sarcinile școlare devin mai complexe și antrenează procese intelectuale de nivel superior.

**Debilitatea mintală ( $QI = 50-70$ )** reprezintă insuficiența mai mult sau mai puțin marcată a dezvoltării inteligenței, lăsându-i individului posibilitatea de a ajunge la autonomie socială, fără însă să-i permită să-și asume total responsabilitatea conduitelor sale, deoarece el este incapabil să prevadă consecințele. Vârsta mintală la care poate ajunge copilul este de 7-9/10 ani. Debilul mintal este educabil și capabil de achiziții școlare corespunzătoare vârstei sale mintale. Educarea debilor mintali se face în școlile ajutoare. Deficiențele lor sunt în următoarele domenii:

- percepția (deficiențe ale analizei și sintezei – desprind mai puține detalii din obiecte și imagini; percepțiile sunt confuze; câmpul perceptiv e îngustat, orientare în spațiu e dificilă),
- gândirea (necreativă, reproductivă, situațională, intuitivă; deficiențe în operațiile de analiză, sinteză și comparație; stabilește mai ușor deosebiri decât asemănările; perseverări; nu are atitudine critică),
- limbajul (primul cuvânt apare la 2 ani, în condițiile în care la copilul normal apare la 1 an, iar utilizarea propoziției apare la 3 ani, în timp ce copilul normal face acest lucru la 1 an și 8 luni; vocabular limitat; construcții defectuoase din punct de vedere gramatical; cuvinte parazite și perseverări; dificultăți în însușirea scrisului).

- memoria (rigiditatea fixării și reproducerii cuvintelor; memoria de cifre mai redusă; lipsa de fidelitate în reproducere; au nevoie de un număr mai mare de repetiții pentru a reține un material verbal),
- motricitate (merge mai târziu; viteza și precizia mișcărilor sunt scăzute; reglarea forței musculare e deficitară).

Învățătorul are obligația de a-i identifica pe eventualii copii cu deficiență mintală din clasa sa și de a contribui la reorientarea lor spre școlile ajutoare. Acest demers cuprinde următorii pași:

- observarea atentă a acestor copii pe parcursul activităților școlare;
- interviu de anamneză riguros cu părinții copilului suspectat;
- îndrumarea copilului spre examinarea unui psiholog școlar;
- inițierea și susținerea demersului de transfer al acestui copil spre școala ajutoare (inclusiv explicațiile date părinților cu competență profesională).

**Imbecilitatea (QI=20-50)** – este o formă de deficiență mintală gravă, copilul ajungând până la o vârstă mintală de 2-7 ani. Imbecilul are posibilitatea de a-și însuși într-un anumit grad forma orală a limbajului. El este parțial educabil în căminele școală însă, nefiind capabil să se autoconducă, rămâne dependent social.

**Idioția (QI=0-20)** – nivelul mintal inferior vârstei de 2 ani. Idiotul nu depășește etapa construcțiilor senzorio-motorii și nu are capacitatea de a răspunde de propria sa securitate în viața de toate zilele. Idiotul este incapabil să se autoconducă, să se apere de eventualele pericole și să se hrănească. Ei sunt îngrijiți în cămine-spital

#### V.4. Modalități de abordare a cazurilor cu tulburări psihotice

În tratamentul tulburărilor psihotice la copii, psihoterapia joacă de regulă un rol secundar. Astfel, în 1989 psihoterapeutul american Kazdin, făcând o inventariere a studiilor privind tratamentul depresiei la copil, a constatat că cele mai multe dintre acestea se refereau la efectele medicamentelor antidepressiv (G.Francis, 1988).

De regulă, tratamentul depresiei la copil combină medicația antidepressivă cu psihoterapia. În aceste cazuri sunt foarte eficiente tehnicile cognitiv-comportamentale. Psihoterapia intervine mai ales cu scopul îmbunătățirii aptitudinilor sociale și comunicaționale ale copilului.

În 1987 Stark, Reynolds și Kaslow au realizat o cercetare clinică pe un lot de 29 copii depresivi cu vârste cuprinse între 9 și 12 ani. Copiii au fost repartizați în grupuri terapeutice, iar tratamentul a cuprins în total un număr de 12 ședințe pe o perioadă de 5 săptămâni. Scopul cercetării a fost compararea

eficacității a trei tehnici: tehnicile de autocontrol, învățarea rezolvării de probleme și lista de priorități pentru condițiile de control. Rezultatele au fost pozitive, copiii demonstrând după două luni de la tratament îmbunătățiri semnificative pe plan comportamental (G.Francis, 1988).

S-a scris foarte puțin despre tratamentul psihologic al schizofreniei la copil. Și în acest caz terapia medicamentoasă ocupă prima poziție. De regulă, în psihoterapia acestor copii se pune accentul pe îmbunătățirea aptitudinilor comunicaționale.

Cele mai multe studii sunt legate de psihoterapia copiilor cu autism. Principalele deficiențe ale acestor copii sunt în planul limbajului, în planul comportamentului social și jocului, în planul atenției și în planul motivației.

Psihoterapia copiilor cu tulburări de natură psihotică include întotdeauna un program complex, ce implică toți factorii ce contribuie la educarea copilului respectiv: părinți, învățător, medic psihiatru, psihoterapeut.

## PARTEA a II-a: ELEMENTE DE PSIHOTERAPIE, CONSILIERE ȘI OPTIMIZARE COMPORTAMENTALĂ A COPILULUI

### CAPITOLUL I Concepte de bază. Metode și tehnici de orientare experiențială

#### I.1. Ce este psihoterapia copilului?

Psihoterapia copilului s-a dezvoltat inițial ca ramură a psihoterapiei adultului, însă a cunoscut o serie de delimitări datorate cunoașterii mai profunde a dinamicii dezvoltării personalității. Deși există multe sisteme psihoterapeutice, care se deosebesc atât în ceea ce privește baza teoretică cât și modul în care funcționează relația și comunicarea dintre terapeut și copil, în toate tipurile de terapie este importantă înțelegerea semnificației unui anume tip de comportament, învățarea copilului să facă mai bine față problemelor sale emoționale și sprijinirea maturizării personalității. Posibilitățile de acțiune ale psihoterapiei sunt mult mai mari la copil și adolescent datorită nefinisării mobilității structurii psihice și potențialului dinamic evolutiv, caracteristic vârstei, al căror efect maturizant, compensator, poate completa acțiunea terapeutică.

Carl Rogers vorbea de funcția sanogenetică ce există în fiecare persoană și care așteaptă, în cazul celor cu tulburări psihice, să fie reactivată. Accesul la această funcție sanogenetică poate fi mai ușor în cazul copiilor decât la adult și datorită faptului că rezistențele și mecanismele lor de apărare nu sunt foarte puternice. De asemenea se consideră că acum este posibilă corectarea unor mecanisme de apărare distorsionate, deblocarea altora, eliminarea eventualelor stagnări, regresii, deviații în formarea personalității.

Dupa Jerome Franc și Judd Marmor (apud. I.Holdevici, 1996), toate terapiile au câteva aspecte comune:

- relaționarea apropiată, de încredere între terapeut și copil;
- libertatea emoțională: terapeutul încurajând copiii să-și elibereze și să-și exprime sentimentele;

- învățarea cognitivă și experiențială: direct sau indirect terapeutul încearcă să-i învețe pe copii moduri diferite și adaptative de comportament;
- practica: terapeutul încurajând copiii să folosească noul mod de gândire, comportament, simțire în activitățile zilnice.

În psihoterapia experiențială scopul final este de a-l ajuta pe copil să fie conștient de sine și de existența sa în lume. Se urmărește deblocarea procesului de evoluție normală, ajutând copilul să intre în contact cu nevoile sale neconștientizate, realizarea unei mai bune acceptări de sine ca persoană și în relație cu lumea. Se consideră, în acest sens, că în baza conștientizării, autoacceptării și a dreptului de a fi așa cum ești, organismul poate crește, iar intervenția forțată retardează acest proces. Psihoterapia va avea astfel un efect pozitiv asupra comportamentului etic al copilului, responsabilității și a filosofiei lui de viață. Terapeuții experiențialiști cred că oamenii au un impuls natural spre sănătate, iar creativitatea, umorul și spontaneitatea sunt privite ca aspecte ale unei bune sănătăți psihice.

Psihoterapia îi ajută pe copii într-o varietate de moduri: primesc suport emoțional, își înțeleg sentimentele și problemele, își rezolvă conflictele cu alți oameni, încearcă noi soluții la problemele vechi. Treaba terapeutului este să-i ajute pe copii să vadă lumea din jurul lor așa cum este ea în realitate. Se dorește ca ei să știe că au posibilitatea să facă alegeri în viața lor și unele alegeri sunt imposibil de făcut. Un terapeut gestaltist, Arnold Beisser, a lansat paradoxul schimbării care spune că „schimbarea survine când cineva devine ceea ce este în prezent și nu când devine ceea ce nu este”. În acest sens, este important pentru copil să fie ajutat să devină conștient de sine ca persoană întreagă (senzații fizice, corp, emoții, gânduri, dorințe și posibilități) și abia apoi să i se faciliteze schimbarea, nu să i se impună modelul de schimbare al terapeutului. Psihoterapia nu este pedagogie, ci mai curând o artă în care sunt îmbinate tehnicile și cunoștințele teoretice cu experiența, creativitatea, flexibilitatea terapeutului.

Dar se poate pune întrebarea: de ce își schimbă copiii modul lor de a fi în terapie când o puteau face înainte? Există mai multe motive, cel mai important este că terapeutul crează o relație caldă, de încredere cu copilul și el se simte destul de în siguranță pentru a alege alternative de a gândi și acționa. Securitatea emoțională a acestei relații cu terapeutul dă copilului un sens al siguranței și îi permite să încerce să riște un mod nou de a simți și de a se comporta. Este foarte ușor să folosim termeni ca „relație caldă și de încredere”, dar uneori este foarte greu să o construiești și să o menții.

Deci, un factor de influențare de prim ordin este relația terapeutică. Pentru asigurarea succesului terapiei, este necesar ca terapeutului să-i placă copiii, să-i respecte, să realizeze o relație de încredere, să dezvolte o atitudine empatică, onestă și deschisă în relațiile cu copiii. El trebuie să poată să fie



direct, fără a fi deranjant și amabil, fără a fi prea indirect și permisiv; trebuie să dea dovadă de flexibilitate. De asemenea, terapeutul trebuie să cunoască modul cum se dezvoltă și învață copiii și să înțeleagă momentele importante care corespund fiecărui nivel particular de vârstă. În cazul copilului și adolescentului trebuie ținut cont de particularitățile psihologice și neurofiziologice proprii, de fundalul motivațional și de necesitățile relaționale specifice etapei cronologice respective.

Terapeutul trebuie să fie familiarizat cu tipurile de dificultăți de învățare care afectează copilul, cauzate adesea de factori emoționali. El trebuie să cunoască lucrul cu dinamica sistemului familial și să aibă în atenție mediul care îl influențează pe copil - casa, școala, alte instituții în care este implicat - precum și cu expectațiile culturale manifestate față de copil. Atunci când este cazul, se intervine în modificarea mediului în care trăiește copilul și psihoterapia este combinată și cu metode educaționale și tehnici comportamentale.

Pentru a reuși o relație bună cu copilul, terapeutul are nevoie să aibă simțul umorului și să permită copilului jucăuș și expresiv din el să se manifeste liber. Este important ca el să creadă în mod ferm că fiecare copil este un unicat, o persoană valoroasă.

Tratamentul copilului pornește de la nevoile sale specifice, de la problemele sale emoționale și situațiile obiective în care el se află. Realitatea copilului este mai importantă decât tehnica și teoria terapeutului.

## I.2. Obiectivele și desfășurarea procesului psihoterapeutic

Procesul de lucru cu copilul este unul curgător, amabil, prietenos. Fiecare terapeut își va găsi propriul stil în realizarea unui balans între sesiuni directive și ghidate, pe de o parte, și cele permissive, în care să-l lase pe copil „să conducă”, pe de altă parte. Deoarece tratamentul fiecărui copil este unic și diferit, procesul terapeutic trebuie să fie un proces foarte flexibil. Totuși, el urmărește o progresie, care are un început, un mijloc și un sfârșit, și terapeutul trebuie să fie conștient de această etapizare și de structura pe care o impune terapiei, structură care spune că anumite probleme trebuie tratate într-o anumită ordine.

Toate aceste stadii au țeluri comune:

- primul este reducerea problemelor emoționale sau de comportament ale copilului,
- al doilea este îmbunătățirea adaptării la școală, în familie sau cu egalii,
- al treilea este îmbunătățirea stimei de sine.

Diagnoza și strângerea de informații se fac permanent în cadrul demersului terapeutic. În plus, fiecare fază a procesului terapeutic își are țelurile ei specifice.

### • Prima fază

Țelul primei faze este stabilirea alianței terapeutice într-un mediu securizant, predictibil, care-i permite copilului să se dezvăluie pe sine. Prima sesiune este foarte importantă în realizarea alianței terapeutice. De aceea, trebuie să fie o experiență plăcută pentru copil, pentru ca el să-și dorească să revină la cabinet. Aceasta și pentru că părinții sunt cei care decid venirea la cabinet, iar copilul poate fi la început refractar, speriat sau nemotivat pentru relația terapeutică. Prima întâlnire este momentul stabilirii unei relații de încredere cu copilul. El poate vedea dacă terapeutul este un participant corect și imparțial, interesat de fiecare membru al familiei și în special de copil. Cei mai mulți terapeuți afirmă că este necesar ca atunci când familia vorbește despre copil, el să fie de față, chiar dacă nu-și spune și el punctul de vedere. Astfel, copilul este împiedicat să fantazeze, să se îngrijoreze cu privire la presupusele lucruri rele ce se spun despre el. Terapeutul nu trebuie să-i vorbească copilului „de sus”, să-l neglijeze sau să-l trateze ca pe un obiect despre care se discută. În această situație, copilul descoperă că terapeutul este interesat de el, îl vede, îl aude, îl tratează cu respect, vorbește cu el în mod serios și nu privește problema sa ca pe un fapt dificil.

Primele sesiuni au și o valoare diagnostică: se strâng informații din mai multe surse (copil, familie, școală, medic de familie), se formulează ipotezele și obiectivele terapeutice. Însă terapeutul continuă să strângă informații de-a lungul tratamentului și poate avea surpriza deformării informațiilor inițiale, transformării sau îmbogățirii obiectivelor în timp. Chiar în prima sesiune terapeutul este interesat de motivele pentru care este adus copilul la cabinet. Acesta, aflându-se într-o relație de strânsă dependență față de părinți, școală sau autorități, nu se prezintă spontan la consultații, ci este adus de părinți în urma unui șir de incidente, conflicte latente sau manifeste. Puțini părinți solicită ajutor psihologic pentru copiii lor în cazul când aceștia prezintă ușoare elemente simptomatice în comportament. Cei mai mulți se îndreaptă spre cabinetul de psihoterapie atunci când situația începe să fie dificilă, uneori insuportabilă, atât pentru copil cât și pentru părinți. Chiar dacă părinții nu sunt direct afectați de comportamentul copilului, ei trăiesc disconfort, anxietate sau simt că trebuie să facă ceva în această privință. Uneori părinții își aduc copiii la terapie pentru că aceștia au suferit incidente traumatice (abuz, molestare, accident, moartea sau îmbolnăvirea cuiva drag) și doresc să fie siguri că sentimentele trăite de copil nu-l vor copleși și nu vor avea efecte negative pe



termen lung. Alteori, școala sau medicul de familie îi îndrumă pe părinți spre psihoterapie. Doar ocazional copiii se adresează ei înșiși terapeutului și aceștia sunt mai ales adolescenții. Terapeutul observă încă de la început dacă problema este a copilului, dacă el o acceptă, sau este a părinților sau a profesorilor.

O sursă importantă de informații este observarea relațiilor dintre părinți și copil (și frați eventual) în timp ce ei sunt în cabinet. Primul lucru de observat este proximitatea fizică. Copilul și părinții stau împreună sau separați? Dacă stau împreună, se află în contact fizic și aparent dependent, legați unii de alții? Dacă stau despărțiți, indică aceasta o lipsă a contactului emoțional sau o independență sănătoasă? Apoi se observă dacă copilul se mișcă liber prin cameră sau părintele îi controlează comportamentul. Ce reacție au părinții la comportamentul copilului lor? Cere acesta aprobare când vorbește? Vorbește liber sau este blocat de prezența părinților? Îl lasă părinții să vorbească sau răspund în locul lui? Plecând de la aceste informații, terapeutul formulează ipoteze cu privire la măsurile educative pe care părinții le aplică copilului, alianțelor și conflictelor intrafamiliale.

Când rămâne singur cu copilul, terapeutul îl informează despre ceea ce presupune relația terapeutică. Cea mai bună modalitate de a face aceasta este să i se explice copilului în termeni practici și i se poate spune ceva de genul: „Când ne vom întâlni vom vorbi despre multe lucruri, inclusiv despre problemele tale, și uneori putem să ne folosim de desen, de modelaj, de jocuri și jucării. Astfel pot învăța ceva despre tine și te pot ajuta să te simți mai bine, în special dacă ești speriat sau nefericit.”

Prima sesiune este momentul când i se explică copilului confidențialitatea. Aceasta are două consecințe importante: în primul rând, copilul simte că primește un respect special și se va raporta pozitiv la terapeut și la terapie, și în al doilea rând, copilul va avea libertatea de a fi deschis cu terapeutul său și cu cât aceasta începe mai devreme, cu atât mai bine. În general, prima sesiune este un moment în care terapeutul încearcă să promoveze stima de sine a copilului și valorizarea propriei persoane.

Pentru o abordare bună, copilul este lăsat să vorbească despre lucrurile de fiecare zi sau despre orice altceva vrea el, pentru că aceasta îi va permite să se simtă mai liniștit. Terapeutul trebuie să răspundă la nivelul de înțelegere al copilului, să vorbească cu termeni pe care el să-i înțeleagă, să evite încercarea de a generaliza, de a comenta sau de a interpreta ce se ascunde în spatele celor spuse de copil. Cel mai important este să asculte și să fie interesat. Chiar dacă copilul se simte bine în această interacțiune, terapeutul trebuie să fie atent să nu se concentreze prea direct pe simptomele copilului, în special pe cele stânjenitoare cum ar fi udatul patului sau furtul. Dacă copilul devine iritat când se abordează anumite situații, terapeutul devine flexibil și schimbă discuția, îi respectă disponibilitatea. Înseamnă că este prea devreme acum să se forțeze o

discuție posibil stresantă sau, problema atinsă este prea dureroasă pentru copil. De asemenea, terapeutul trebuie să evite să învinuiască copilul sau să ia parte la dezacordul părinte-copil, făcând alianță cu vreunul dintre ei. Se pot folosi acum testele de desen (familie, casă-copac-persoană) sau jucăriile, în funcție de vârsta copilului.

Din evaluarea psihologică, anamneză, interviul preliminar cu părinții și cu copilul, terapeutul definește obiectivele terapeutice. Inițial se pot desprinde trei tipuri de obiective: din perspectiva părinților, din perspectiva copilului și din cea a terapeutului, care se află în grade diferite de apropiere sau de depărtare, însă odată cu progresul terapiei ele se apropie din ce în ce mai mult, dând o coerență procesului terapeutic. Obiectivele se pot și schimba pe măsura progresului terapeutic.

- A doua fază a psihoterapiei este formată din sesiunile de mijloc, care au un focus diferit.

Acestea constituie, de obicei, majoritatea duratei tratamentului și se concentrează pe problemele personale, pe problemele de zi cu zi, cu intensificarea relației terapeutice. Este momentul în care are loc cea mai mare parte a muncii terapeutice.

Copiii au adesea blocaje în comunicarea verbală, se simt stîngheriți sau opun rezistență în a-și exprima direct trăirile interioare sau nu le conștientizează. Folosirea tehnicilor expresive contribuie la eliminarea acestor blocaje și copiii își pot dezvălui direct sau simbolic sentimentele, trăirile și credințele într-un mod deschis, ceea ce duce la integrarea personalității. Experiențele integrative implică recunoașterea sentimentelor reprimite și concilierea dintre conștient și inconștient. Aceste tehnici încurajează proiecția. Ceea ce copilul exprimă prin desen, modelaj, povestiri, arată fanteziile sale proprii, anxietățile, fricile, frustrările, atitudinile, paternurile de comportament și de gândire, impulsurile, resentimentele, dorințele, nevoile și sentimentele sale. Adesea, proiecția va fi singura cale prin care copilul vorbește despre el. De exemplu, el poate spune prin intermediul unei marionete lucruri pe care nu le va spune niciodată direct. (Notă: tehnica utilizării marionetelor facilitează medierea procesului de explorare și analiza terapeutică.) Însă este extrem de important modul cum terapeutul manipulează acest material. Explicarea și interpretarea sunt considerate fără teme dacă nu sunt direct percepute și simțite de copil.

Terapeutul experiențialist nu-i interpretează copilului materialul pe care acesta îl oferă prin proiecție, deși el traduce pentru sine ceea ce aude și vede, pentru a ghida interacțiunea sa cu copilul. Astfel, terapeutul trebuie să-și dezvolte o bună relație între Eul său actor și Eul său spectator. Cu alte cuvinte, el se află pe de o parte, implicat activ în dialogul și jocul cu copilul, fiind o

prezență stimulatoare, și pe de altă parte, observă și atunci când este nevoie, direcționează firul procesului terapeutic, neuitând care este scopul și sensul terapiei.

Prin realizarea de asociații între tehnicile expresive și situațiile din viața reală a copilului sau, altfel spus, prin echilibrarea elementelor din joc, fantezie și desene cu constrângerile realității, crește capacitatea copilului de a fi conștient de sine și de existența sa în lume.

Tehnicile expresive stimulează creativitatea copilului, iar creativitatea umană este limbajul primar pentru realizarea insightului și vindecării. Pentru unii copii și în special pentru cei mici, nu este necesar să-și verbalizeze insighturile, descoperirile și să-și conștientizeze modificările din comportament. Adesea pare suficient să-și manifeste deschis comportamentul și emoțiile blocate care au interferat cu procesul lor de creștere emoțională. Apoi, ei pot începe să integreze moduri mai bune de comportament, să facă mai bine față multor frustrări, pot începe să relaționeze mai bine cu egalii și cu adulții din viața lor. Ei pot începe în final să experimenteze stări de calm, bucurie și valoare de sine.

Tehnicile sunt numeroase dar ele nu trebuie utilizate ca niște rețete, nu trebuie privite ca un scop în sine. Terapeutul păstrează întotdeauna în minte că fiecare copil este o persoană unică și procedura sau tehnica sunt doar un catalizator al procesului terapeutic. Copilul direcționează cum să se lucreze cu el și orientează spre ceea ce are el nevoie. Secretul este ca terapeutul să fie receptiv și deschis, gata să-i primească mesajul și să-i permită să-l transmită.

Uneori terapeutul se poate simți deranjat de ceva din comportamentul copilului și atunci este important să discute cu copilul despre aceasta, atât pentru coerența sa interioară, cât și pentru imaginea pe care o are în ochii copilului, care simte când ceva îi este permis sau nu, dar are tendința să testeze limitele persoanelor cu care interacționează. Este important pentru copil să simtă că terapeutul este o persoană puternică pe care se poate baza, căreia să i se încredințeze și nu una ușor de manipulat sau prea permisivă. Prin faptul că terapeutul îl înțelege, îl acceptă și este sincer cu el, copilul învață să se autoaccepte, să se conștientizeze și astfel să crească și să se dezvolte emoțional. Un bun terapeut asistă și acompaniază copilul în procesul evoluției sale.

Fiecare sesiune terapeutică este imprevizibilă, depinde de copil și de situație. Uneori terapeutul pregătește tehnici pe care copilul le refuză și atunci nu trebuie să forțeze ci să-i respecte limitele. Rezistențele nu sunt întotdeauna date de negativismul copilului, ci este bine să se țină cont de faptul că experiențele de viață l-au învățat pe acesta să se apere și să se opună când ceva este prea greu, prea mult, sau prea periculos pentru el. În psihoterapia experiențială se consideră că în fiecare „perete de rezistență” se află noi arii de creștere. Este un lucru similar celui pe care Fritz Perls (creatorul gestalt-

terapiei) îl numea „impas”. El credea că atunci când intrăm într-un impas oferim persoanei posibilitatea să fie martoră la procesul de renunțare la vechile strategii și să trăiască aceasta cu sentimentul că nu mai are suport. Atunci opune rezistență și vrea să fugă. Astfel încât, de fiecare dată când apar rezistențele, vom ști că nu suntem într-o luptă cu o graniță rigidă, ci suntem într-un loc care poate fi lărgit, la limita unei noi modalități de expresie, a unei noi descoperiri. Terapeutul poate trata direct frica ce se ascunde în spatele rezistențelor sau poate să-i permită copilului să decidă pentru el însuși când este gata să riște ceva care este dificil pentru el.

În terapie se vorbește de trei tipuri de schimbări:

- schimbări comportamentale – se referă la schimbări în modul în care copilul se comportă și acționează, cum se relaționează cu alți oameni sau obiecte din spațiul său de viață.
- schimbări cognitive – se referă la capacitatea de a se înțelege pe sine și pe cei din mediul său, de a identifica ceea ce este important de ceea ce nu este important.
- schimbări emoționale – schimbări în confortul, fericirea și satisfacția copilului. Ele sunt cruciale în terapie.

Cum copilul este o unitate, aceste aspecte sunt legate, între ele astfel încât, atunci când el începe să înțeleagă ceva diferit, el începe să se comporte diferit, să simtă ceva diferit. Similar, când începe să schimbe felul în care simte, el va începe să se comporte diferit și să înțeleagă diferit situația. Deci în tratament nu trebuie ignorată relația dintre aspectele cognitive, emoționale și comportamentale ale copilului.

De asemenea, schimbările sunt de suprafață, direct observabile și manifeste în comportamentul copilului, și de profunzime, cu acțiune latentă, la nivelul personalității acestuia și care se instalează abia la un oarecare interval de la sfârșitul curei psihoterapeutice.

#### • Faza a treia

Încheierea terapiei poate fi un moment dificil pentru copil din mai multe motive, și poate prezenta probleme care se centrează în jurul separării, pierderii unei relații importante și a încrederii în sine. De aceea, încheierea terapiei nu se face brusc și copilul trebuie să fie pregătit pentru acest lucru. Un bun moment de stopare a terapiei este atunci când se atinge un platou în schimbare. Este semn că nu se mai poate avansa în terapie și copilul are nevoie de a integra și de a asimila în propriul său mod de maturizare și de creștere schimbările care au avut loc ca rezultat al terapiei. Uneori acest platou este un semn de rezistență care trebuie respectat. El are nevoie de mai mult timp, de mai multă forță, poate avea nevoie să se deschidă când va fi mai în vârstă. Însă terapia nu trebuie să se încheie niciodată în mijlocul unei crize. Chiar dacă

copilul este pregătit să sfârșească terapia, terapeutul trebuie să-l ajute să facă față mai întâi crizei.

Există anumite chei de a cunoaște când trebuie oprită terapia. Una este aceea când comportamentul copilului s-a schimbat prin raportare la școală, la părinți și la egali. El începe să fie implicat în activități exterioare - cluburi, fotbal, prieteni, semn că terapia începe să-l plaseze pe drumul vieții sale. O alta este când se produce o răceală în relația sa cu terapeutul și materialul din sesiunea de terapie este din ce în ce mai puțin productiv din punct de vedere terapeutic. Copiii înțeleg vag conexiunea dintre problemele lor emoționale și terapie. Ei sunt egocentrice și aprecierea lor este emoțională: ei agreează sau nu terapeutul și terapia. Aceasta face ca atâta timp cât se implică în terapie ei să vină cu plăcere la cabinet. Când devin plictisiți și doresc să petreacă mai mult timp cu prietenii, relația terapeutică răcindu-se emoțional, este semn că se apropie sfârșitul terapiei.

Scopul ultimei etape în terapie este consolidarea și întărirea câștigurilor obținute, terapeutul întrebându-se dacă copilul poate promova sau menține aceste câștiguri. Pentru a putea face aceste predicții, terapeutul trebuie să privească dincolo de schimbările simptomatice și să se focalizeze pe schimbările care au avut loc în funcționarea emoțională a copilului.

Terapeutul american Robert Leve (în "Child and Adolescent Psychotherapy", 1995) ne oferă un ghid de întrebări pe care și le pune înainte de a ști dacă este momentul oportun pentru finalul terapiei. Este bine să se cunoască dacă:

Problemele emoționale ale copilului sunt sub control. Copilul a învățat să-și controleze comportările impulsive și are o mai bună toleranță la frustrare.

Nivelul de gândire al copilului este adecvat vârstei. Copilul normal trebuie să aibă o bună înțelegere a cauzei și efectului, să fie realist în judecarea situațiilor și să fie capabil să discrimineze importantul de neimportant în viața sa.

- Nivelul fanteziei copilului este adecvat pentru încheierea terapiei. Fanteziile adecvate vârstei indică creativitate, sunt un mod natural de a lucra cu conflictele și, în general, sunt un semn al adaptării și creșterii emoționale. Un copil normal recunoaște diferența dintre fantezie și realitate. În acest caz, fanteziile au un sens psihologic în faptul că servesc un scop, încearcă să reducă o temere sau să exprime o dorință conștientă sau inconștientă. Aceste fantezii sunt indicații pozitive pentru încheiere. Fanteziile dezorganizate, bizare sau discontinue sunt slabi indicatori prognostici.

- Copilul are abilitatea de a învăța din traume emoționale. Acesta este unul din cele mai importante câștiguri terapeutice care indică încheierea. Terapeutul observă și compară modurile în care copilul se adapta la schimbările care aveau loc în viața sa, la începutul terapiei, cu modul în care face față unor schimbări similare în momentul prezent. Când copilul poate tolera aceste schimbări și

chiar poate beneficia de ele, el a învățat reacții emoționale noi și mai adaptative care anunță o prognoză pozitivă pentru viitor.

- Copilul poate să-și revină din traume emoționale. Viața oricărui copil este plină de supărări, dar copiii normali au abilitatea de a trece peste aceste experiențe și de a se întoarce la un echilibru emoțional normal. Abilitatea de a se reface emoțional este un prognostic foarte bun pentru încheiere.

Părinții trebuie să-și ajute copiii să mențină câștigurile terapeutice. Ei sunt o parte integrantă a tratamentului încă de la început și rolul lor este esențial în menținerea tratamentului și atingerea unor țeluri pozitive. Terapeutul stabilește o alianță de colaborare cu părinții în care aceștia sprijină tratamentul copilului lor prin aducerea la timp la cabinet, prin furnizarea de informații necesare despre funcționarea copilului la școală și în familie și prin lucrul cu terapeutul în obținerea unei înțelegeri empatică a nivelului de dezvoltare al copilului, trăsăturilor de personalitate și problemelor sale personale.

Terapeutul îi ajută pe părinți în managementul problemelor, învățându-i să întâlnească nevoile copilului în mod adecvat și să își recunoască interacțiunile maladaptative cu copilul lor și să învețe alte moduri de relaționare și comunicare mai adaptative. De asemenea unii părinți sunt ajutați să se adapteze schimbărilor realizate de copiii lor prin terapie, care presupun o mai mare independență și asertivitate.

Această scurtă prezentare a specificului demersului terapeutic cu copii va folosi cititorului drept grilă în înțelegerea cazurilor clinice descrise mai departe. Deși fiecare caz este unic toate au în comun principiile teoretice și metodele de lucru specifice terapiei experiențiale.

### **I.3. Cum abordăm copiii prin metode și tehnici experiențiale (expresive și gestalt-creative)**

#### **I.3.1. Desenul ca abordare diagnostică și terapeutică a copilului**

Cunoașterea universului interior al copilului beneficiază de un ajutor considerabil din partea tehnicilor expresiv-creative de investigație și terapie, dintre care desenul serial, modelajul, jocul cu nisip, exercițiul mimico-pantomimic și dramaterapeutic, improvizația muzicală, exprimarea prin dans și mișcare sunt cele mai frecvent utilizate de consilierii și psihologii specializați în problemele copilului.

Desenul liber sau tematic constituie o cale foarte potrivită de evaluare a personalității în formare a copilului și a problemelor sale emoționale, precum și a relațiilor sale cu familia, a traumelor pe care eventual le-a suferit, a nivelului de anxietate existențială, a capacităților și a dificultăților sale de a se adapta la mediul social.

Cum și cât poate fi decriptată lumea subiectivă a copilului mic prin desen? Pe ce se bazează valoarea diagnostică și terapeutică a acestui mijloc expresiv?

Răspunsul acestor întrebări este dat de valoarea simbolică a desenelor ca „VEHICOLE” și „ACTIVATORI” de informație psihologică inconștientă sau de mesaje pe care copilul este incapabil de a le exprima verbal, ci doar afectiv-imagistic prin intermediul liniilor grafice, culorilor, formelor, pozițiilor și dimensiunilor personajelor sau obiectelor desenate. Mecanismul psihologic prin care conflicte inconștiente nerezolvate, probleme comunicabile, atitudini și sentimente față de persoanele importante din viața sa, frustrații și anxietăți, blocaje și suferințe reprimite sunt devaluate – îl constituie PROIECȚIA. În alți termeni, problemele ascunse, neconștientizate, reprimite sau negate, îngropate în abisurile inconștientului sunt exprimate într-o manieră simbolică, adesea transparentă, în produsele creației artistice ale subiectului și sunt atribuite (proiectate) în elementele acesteia și relațiile dintre aceste elemente. Astfel, personajele unei povești inventate de copil, dramatizate de el împreună cu alții sau prin jocul de marionete, ori pur și simplu redată grafic, sunt investite cu semnificații, emoții, sentimente și gânduri pe care copilul le trăiește în legătură directă cu evenimentele vieții sale, cu relațiile sale cu familia și alte persoane semnificative din viața sa.

Atât desenele, cât și jocurile sunt considerate drept cele mai relevante modalități de expresie ale primilor ani de viață, ele oferind date importante despre inteligența și afectivitatea copilului. În mod special, desenul liber, spre deosebire de desenul după model (preferat în școala tradițională), îndeplinește rolul unei veritabile creații, care exprimă spontan viziunea personală a copilului asupra mediului înconjurător și prin aceasta, se instituie într-un veritabil test psihodiagnostic al personalității lui.

Dintre testele proiective bazate pe desen utilizate special în psihodiagnoza copilului sunt:

**Testul „omulețului”** (F. Goodenough) care oferă indicii asupra nivelului intelectual al copilului. În funcție de nivelul său de maturitate psihomotrică, de percepția propriei scheme corporale și de proiectarea sa în desenul unui omuleț acești indici pot fi semnificativi pentru dezvoltarea cognitivă, evaluată concret prin gradul de perfecțiune și completitudine a desenului, echilibrul general, bogăția detaliilor.

**Testul „femeii plimbându-se prin ploaie”** (testul H. Fay) solicită o integrare mai complexă a unor elemente ale desenului liber, ce permit evaluarea nivelului de inteligență.

**Testul desenului liber** al lui G. Minkowska (reprezentând personaje sau orice altceva) permite aprecierea modului particular de percepție al copilului în două tipuri distincte: tipul senzorial și tipul rațional. La tipul senzorial, modalitatea de realizare a desenului nu este prea precisă, dar detaliile sunt legate unele de altele printr-un viu dinamism. Tipul rațional, dimpotrivă, are o manieră mai precisă de a desena. Fiecare element, obiect sau ființă sunt redată riguros și adesea simetric, dar fiecare este izolat, imobil și fără nici o legătură cu restul desenului. Dar desenul liber ne oferă și indicii privind viața afectivă a subiectului prin intermediul analizei conținutului.

**Testul „desenului figurii umane”** (K. Machover).

Autoarea pleacă de la modificarea testului „omulețului” propunând desenarea succesivă a două persoane de sex diferit.

**Testul „casă-copac-persoană”** (H-T-P engl. house-tree-person, al lui J.N. Book) îmbogățește situația proiectivă, având două etape de lucru, momentul creator nonverbal: realizarea unui desen prin folosirea celor trei elemente indicate și momentul verbal, interpretativ, în care copilul este solicitat să descrie, să definească și să interpreteze ceea ce a desenat. Această a doua etapă creează asociații libere deosebit de relevante pentru cunoașterea problemelor emoționale și relaționale ale copilului. Din acest desen pot fi înțelese modul în care percepe copilul mediul înconjurător, proiecția propriului său mod de a fi și simți, în raport cu sine și cu alții.

**Testul „desenului familiei”** (utilizat de mai mulți autori clasici – F. Minkowska, M. Porot, Cain și Gomila, N. Appel, F. Barcellos, N. Fukada) este relevant pentru cunoașterea raporturilor pe care le are copilul cu familia, ele fiind decisive în formarea personalității sale. M. Porot considera că simpla observare a desenului unei familii permite cunoașterea sentimentelor reale pe care copilul le resimte față de ai săi, situația în care el se plasează în cadrul familiei sale, relațiile dintre membrii familiei și impactul lor asupra copilului din perspectiva acestuia. Dimensiunile personajelor familiale, centralitatea și excentralizarea lor în spațiul grafic, distanțele dintre membrii familiei și dintre figurile centrale și copilul investigat, sunt elemente de diagnostic importante și totodată factori de suport pentru o discuție relevantă de conștientizare și chiar de optimizare a raporturilor perturbate din familie. Din această ultimă perspectivă testul familiei poate constitui și o tehnică provocativă utilizată în terapia cu familia copilului cu tulburări emoționale și de comportament. Utilizat mai ales ca probă de cunoaștere, testul familiei poate fi folosit pentru declanșarea unui dialog, ghidat de întrebări de genul: „Povestește-mi despre familia pe care ai desenat-o... Unde se află ei? Ce fac ei? Hai să vorbim despre

fiecare personaj din această familie ... Ce rol are fiecare? Ce vârstă? Ce sex? Ce face fiecare? Ce simte, ce gândește fiecare? Ce vrea fiecare? Care este cel mai simpatic dintre toți? Dar cel mai antipatic? Care este cel mai amabil? Dar cel mai puțin drăguț? Care este cel mai fericit, dar cel mai puțin fericit? Tu pe cine preferi dintre ei?”. Se pot de asemenea, discuta situații care să provoace proiecții interesante: „Dacă tata propune o plimbare cu mașina, dar nu este loc pentru toți, cine e cel care va rămâne acasă?”.

În timpul probei se pot observa reacțiile afective ale copilului, mai ales inhibițiile și refuzul de a desena sau vorbi despre anumiți membrii ai familiei sau chiar despre sine, jena sau teama față de unele personaje, resentimentele, ostilitatea. Se urmăresc oscilațiile afective, trecerile de la tristețe la veselie, mânia, nemulțumirile față de unele personaje, izolarea și sentimentul de autodevalorizare sau de insecuritate. Elemente ca egocentrismul și autocentralitatea, redate grafic prin dimensiunile exagerate, sublinierile și detaliile suplimentare, precizia grafică a trăsăturilor unor personaje, precum și estomparea, absența, imprecizia desenării altora, pot fi ușor identificate și deciptate ca semnificație. Alegerea culorilor pentru sine și anumite persoane nu este nici ea întâmplătoare. Desenarea în culori vii, luminoase sau terne, întunecoase, este în directă legătură cu emoțiile și sentimentele copilului față de persoanele desenate, iar preferința lui pentru desenul alb-negru ne poate sugera blocajele emoționale, elemente de depresie, retragere sau lipsă de rezonanță afectivă, dificultăți de exprimare a sentimentelor și trăirilor. În finalul discuției, copilul este întrebat dacă este mulțumit sau nu de desenul pe care l-a făcut și dacă ar dori să schimbe ceva sau să îl mai facă odată, așa cum i-ar plăcea lui acum. Noul desen poate aduce date suplimentare despre relația cu propria familie, despre așteptările copilului și speranțele sale. Orice omisiune sau deformare a unui personaj într-un sens sau altul ne aduce date prețioase din punct de vedere al cunoașterii lumii sale interioare, dar și al comportamentului său în raport cu aceste personaje ce exprimă simbolic realitatea relațiilor sale în familie.

O altă posibilitate este reprezentarea grafică a familiei prin simboluri sau animale, pe baza unui exercițiu analogic. Copilului i se cere să-și imagineze membrii familiei altfel decât oameni și să-i deseneze așa cum dorește el. Ei pot fi pete de culoare, linii, forme, obiecte sau animale, sau orice l-ar ajuta pe copil să-i reprezinte. Se pot provoca apoi dialoguri între anumite părți din desen, aflate în contrast sau în opoziție (o pată colorată poate sta de vorbă cu o pată neagră, un animal mic intră în dialog cu unul mare și puternic, unul supărat cu unul vesel, unul curajos cu unul fricos etc.). Atunci când o anumită parte din desen este subliniată sau îngroșată, hașurată, i se acordă o importanță mai mare în interpretare. În acest scop se adresează întrebări ajutătoare copilului pentru a-și clarifica raporturile și sentimentele cu elementul

simbolic respectiv, după caz: „Ce gândește acest triunghi/plantă/animal? Încotro se duce? Ce vrea să facă? Ce i se va întâmpla?” etc. Valoarea acestor tehnici este nu numai diagnostică, ci și educațional-terapeutică. Copilul învață să-și comunice mai adecvat și în mod spontan sentimentele, dorințele, învață să-și conștientizeze mai clar pozițiile și atitudinile, dar și să i înțeleagă mai bine pe cei cu care intră în contact sau pe cei cu care are dificultăți de contact și de comunicare. Efectul constă într-o mai bună socializare și maturizare emoțională.

Alte modalități tehnice de investigare și terapie cu suport expresiv (pictural, grafic) vin să întregescă registrul testelor de desen propriu-zise. Acestea asociază exercițiile de fantazare, asociațiile creative și sugestive cu redarea prin desen sau prin pictură a sentimentelor și stărilor trăite „aici și acum”, a percepției spațiului interior și a identității proprii de către copil. Redăm în continuare câteva dintre aceste modalități de lucru expresiv-metaforice:

#### *a) Desenul lumii interioare, din linii, figuri și culori*

Copilul este rugat să închidă ochii și să pătrundă în lumea lui interioară: „Vezi cum îți apare lumea ta dinlăuntru. Cum o poți reda pe hârtie folosind doar linii, curbe și figuri? Vezi ce culori apar în lumea ta, în spațiul tău interior ... unde este plasat fiecare lucru și unde te afli tu acolo. Acum desenează tot ce ți-ai imaginat ...”.

#### *b) Pictura sentimentelor din acest moment*

I se cere copilului să realizeze o pictură cu degetele de la mâini sau chiar de la picioare, care să reprezinte starea lui de acum sau starea lui când e fericit ori supărat (în funcție de scopul propus). Pictura cu degetele are calități relaxante prin angajarea tactil-kinestezică și oferă satisfacție și ușurință în exprimarea sentimentelor, în mai mare măsură decât pictura cu instrumente. Culorile alese, fluiditatea mișcării, tonurile și consistența petelor de vopsea oferă indicii interesante privind afectivitatea, în vreme ce modalitatea grafică de exprimare corelează mai mult cu nivelul și calitatea cognițiilor (percepții, reprezentări, idei).

#### *c) Imaginarea și desenarea unei „tufe de trandafiri” (exercițiu utilizat de V.Oaklander, 1988, pag. 32).*

I se sugerează copilului să închidă ochii și să-și imagineze că este o tufă de trandafiri. Pentru ca asociațiile libere să fie stimulate, psihologul orientează fluxul imaginativ al copilului prin întrebări de genul: „Ce fel de tufă de trandafiri ești tu? Ești foarte mică? Ești foarte mare? Ești groasă? Ești subțire? Ai flori? Dacă da, ce fel sunt florile tale, ce culoare au? Au multe flori sau



câteva? Sunt boboci? Au frunze? Cum arată ele? Cum sunt rădăcinile tale? Sau poate nu ai? Sunt lungi și puternice sau plăpânde? Sunt răsucite? Ai spini? Unde te afli tu? Într-o grădină, într-un parc, într-un oraș, într-un deșert? Ești într-un ghiveci sau crești direct din pământ sau prin ciment? Ce este în jurul tău? Sunt și alte flori sau tu ești singur? Sunt copaci, animale, păsări, oameni? Arăți tu ca o tufă de trandafiri sau ca altceva? Este ceva în jurul tău ca un gard? Dacă da, cum apare el? Sau ești într-un loc deschis? Cum este să fii o tufă de trandafiri? Cum supraviețuiești tu? Are cineva grijă de tine? Cum este vremea acum pentru tine?”. Apoi, copiii sunt rugați să deschidă ochii și să deseneze tufa lor de trandafiri. Se discută cu ei ulterior, dacă ceea ce și-au imaginat și reprezentat prin desen are vreo legătură cu viața lor reală. Astfel sunt aduse la lumină o serie de situații și trăiri din viața copilului, relevante pentru înțelegerea, evaluarea și terapia sa, când este nevoie.

#### d) Desenul serial

Este o metodă individuală de lucru cu copilul cu dificultăți comportamentale și de adaptare, practică de J.A.B.Allan (1988), în scop psihoterapeutic. Metoda este de inspirație jungiană, și implică o serie de 12 ședințe a câte 20-25 minute fiecare, odată pe săptămână, când i se cere copilului să deseneze un tablou, în prezența consilierului psiholog. Desenul serial a fost utilizat într-o varietate de situații: de la instituțiile de ocrotire, la practica privată de evaluare și de consiliere în școli, dar poate fi folosit și pentru cunoașterea și psihoterapia copilului preșcolar cu probleme.

Încă din 1959 C.G.Jung accentua importanța analizării desenelor „în serie”, de-a lungul timpului, analiza doar a uneia sau două lucrări fiind insuficientă pentru înțelegerea persoanei și pentru terapia sa. J.A.B.Allan constata că atunci când un copil desenează în prezența terapeutului, potențialul de vindecare este activat, conflictele sunt exprimate și rezolvate treptat, iar terapeutul poate câștiga o viziune clară și mai exactă asupra inconștientului copilului. Cadrul cabinetului de consiliere și ritmicitatea efectuării desenelor în acest cadru, totdeauna la aceeași oră, creează un ritual cu funcție terapeutică - un spațiu „sanctuar” și un timp în afara timpului obișnuit. Acestea, împreună cu o alianță terapeutică pozitivă încurajează creșterea psihică și transformarea. Din perspectivă jungiană, aceste condiții activează în inconștient mersul spre vindecare.

„Fantasmele și imaginile produse astfel simbolizează și concretizează prin forme tangibile, cum ar fi desenele, dar și modelajul, punerea în scenă sau povestirea, facilitând astfel creșterea psihică. Hârtia devine astfel, locul sigur în care sunt plasate proiecțiile, în timp ce simbolurile și imaginile devin recipiente pentru emoții variate. Astfel, sentimentele pot fi exprimate în siguranță și prin aceasta, în inconștient se produc noi imagini, sentimente și stări. Desenul în

serie jalonează drumul copilului spre pacea interioară, în funcție de natura traumei sau a conflictului psihologic.” (apud. Ch.Schaefer, 1988, pag. 98)

Allan observă că unii copii încep desenul serial prin a produce imagini de suferință, alții imagini reparatorii (ale vindecării), în timp ce alții vor reda imagini stereotipe în desen.

Unii copii petrec mult timp cu imagini dureroase, în vreme ce alții se îndreaptă direct spre imagini ale vindecării, părând a nu avea nevoie de a-și împărtăși durerea. Alții apar blocați, stăruind într-o ambivalență intens conflictuală, între dorința de a crește și dorința de distrugere. Aceste patternuri expresive devin vizibile doar în timp, de aici rezultând natura serială a acestei abordări terapeutice.

Adesea, în desenul serial, un copil poate prezenta o temă simbolică, pe care o reia în mai multe desene, perseverent. Alteori imaginea aleasă se schimbă de mai multe ori, în forma sau în funcția ei, semn al unei evoluții, de la violență și distrugere la echilibrare și funcționare sănătoasă. Astfel într-un caz citat de autorul menționat, o fetiță de 6 ani abuzată sexual, desena constant dormitoare și băi în care se aflau persoane expunându-și organele genitale și angajate în raporturi sexuale. La sfârșitul tratamentului prin desen serial, imaginea dormitoarelor și băilor se menține, dar persoanele desenate „dormeau fiecare în patul său, camerele păreau curate și luminile aprinse”.

Utilizarea desenului serial evidențiază trei stadii principale în aplicarea metodei pe copiii cu tulburări și dezorganizări moderate. Fiecare stadiu reflectă anumite imagini sau teme tipice.

În stadiul inițial, între prima și a 4-a ședință desenele reflectă:

- o viziune globală asupra lumii interioare a copilului;
- pierderea controlului intern și prezența sentimentelor de disperare și deznădejde;
- stabilirea unui raport inițial cu consilierul, care uneori este încorporat într-un desen în forma simbolică a uriașului prietenos, pilotului de avion, doctorului sau asistentului.

În stadiul intermediar, de la a 5-a la a 8-a ședință, conținutul desenelor poate reflecta:

- expresia unei emoții în forma ei pură;
- conflictul între contrarii (rău/bine) și izolarea sentimentelor ambivalente;
- adâncirea relației dintre copil și ajutorul său. La sfârșitul acestei faze, copilul folosește desenul pentru a comunica direct despre problema dureroasă sau pentru a dezvălui un secret.

În stadiul terminal, de la a 9-a la a 12-a ședință, copilul tinde să deseneze:

- imagini care reflectă sensul stăpânirii de sine, al autocontrolului și valorizării;



- scene ce reflectă o imagistică pozitivă: absența războiului, violenței, luptei, distrugerii;
- simbolul central al sinelui (autoportret, forme de mandale);
- scene umoristice;
- tablouri ce reflectă deplasarea legăturii de atașament de la consilier către alte persoane.

Pentru a exemplifica modul în care poate fi folosită metoda desenului serial în cunoașterea și psihoterapia copiilor, vom prelua de la J.A.B.Allan două cazuri cu probleme severe de comportament în colectivitatea preșcolară și școlară. Exemplele se referă la doi copii, unul de 6 ani și celălalt de 7 ani, care proveneau din familii destrămate.

Băiețelul se mutase de 14 ori în viața lui, iar fetița era abandonată de mama sa, nemaivând nici un contact cu ea.

#### *Conținutul desenelor pe parcursul terapiei*

Desenele din stadiul inițial ilustrează lumea internă a celor doi copii. Băiețelul înfățișează camioane izbind mașini mici, omorând persoane, trecând peste benzile șoselei și făcându-se praf în casele de pe cealaltă parte a șoselei. Desenele fetiței prezintă întreaga lume „în flăcări”, vulcani peste tot, cutremure de pământ rupând lumea în bucăți, case aruncate în aer, oameni prinși în ele, rachete și bombe explodând. Tema centrală în ambele cazuri este devastarea și dezastrul.

Desenele reflectă sentimente de deznădejde. Temele primelor trei desene sunt revelatoare pentru efectul traumei legate de incompetența, incapacitatea și insecuritatea copiilor provocate de adulții importanți ai vieții lor. Astfel, lipsa ajutorului transpare clar din desenele fetiței care se reprezintă prinsă într-un munte în timpul unui cutremur. Apar unele încercări rudimentare ale eroilor de a încerca să scape distrugerii sau să facă ceva pozitiv. Oricum, în această fază, forțele distructive sau negative câștigă întotdeauna.

Din comentariul copiilor rezultă că persoanele prinse, ies din munte, dar sunt ucise cu pietre, iar pe șoseaua desenată de băiețel, ciocnirile dintre mașini sunt permanente.

Desenele reprezintă un mijloc de stabilire a contactului inițial cu terapeutul.

Frecvent, copiii folosesc desenele pentru a începe să construiască o relație cu terapeutul. Băiatul a început să deseneze multe elicoptere și aeroplanе zburând peste șosea. Apoi el a desenat hărți și labirinturi și a încercat să provoace consilierul pentru a găsi ieșirea: „Pariez că nu știi cum se iese din labirint ...”. La rândul ei, fetița a continuat să-i ceară consilierului: „Poți ghici ce am desenat?”. Părea că de fapt, în subtext, copiii întreabă: „Mă înțelegi? Știi

ce mi s-a întâmplat? Ești destul de deștept ca să mă ajuți?”. Fetița îi cerea totdeauna consilierului să-i scrie numele în fața desenului.

În stadiul intermediar, de la a 5-a la a 8-a ședință, desenele tind să ilustreze următoarele:

Expresia unei emoții în formă pură. Este faza în care anumite sentimente dureroase sunt separate de celelalte sentimente și exprimate în forma pură. De exemplu, băiatul a continuat să deseneze autostrăzi, dar și-a simbolizat depresia lui prin desen: „camionul a dispărut într-o groapă mare, în mijlocul șoselei”. Fetița și-a exprimat intensitatea furiei printr-un desen ce înfățișa un uriaș revărsându-și mânia pe gură, iar într-o lucrare ulterioară a reflectat tristețea și mahnirea ca „o armată a furnicilor care cară o lacrimă uriașă, într-un loc sigur, ca să poată fi spartă fără a răni pe cineva”.

O luptă cu sentimentele ambivalente. Desenele următoare au arătat, deopotrivă forțe pozitive sau negative, coexistând ca egale. Astfel, într-un desen, apare un buștean prăbușindu-se la pământ, încărcat cu explozive, dar se previne omorârea în aer a mii de păsări. Într-un alt desen, un copac rău aruncă o sulită spre un erou, dar un om de zăpadă va pune repede un scut între acesta și sulită.

Adâncimea relației cu cel care ajută: consilierul. Acesta apare acum într-un desen ca imagine a ajutorului, a salvatorului. Băiatul a desenat un om într-un elicopter care aduce butuci pentru a repara gropile din șosea, precum și provizii.

Fetița a desenat un uriaș binevoitor care salvează un băiat din inundația care a venit pe pământ, după foc.

Destăinuirea problemelor profunde. Prin stabilirea relației terapeutice, copilul începe să aibe încredere în cel ce-i oferă ajutorul și împărtășește unele gânduri și sentimente profunde. Băiatul își definește starea „sunt trist” și vorbește despre supărarea lui în legătură cu dese schimbări de domiciliu, că i-a fost greu să-și facă noi prieteni, ca apoi să-i piardă și despre teama pe care o încercă la noul cămin, la grădiniță, la școală. Fetița a desenat un copil care a încercat să se sinucidă pentru că mama lui a plecat definitiv și a comentat că el încă se gândește la sinucidere câteodată. În acest moment important al terapiei, consilierul i-a spus: „Cred că atunci când mama ta a plecat de acasă a fost într-adevăr foarte dureros pentru tine, ca și în momentele în care îți doreai să mori ca să nu mai simți atâta durere. Îmi pare bine că îmi spui despre aceste simțăminte”.

Stadiul terminal, de la a 9-a la a 12-a ședință:

Odată ce sentimentele cele mai adânci și mai dureroase au fost exprimate simbolic și destăinuite verbal, ele tind să se miște repede spre rezolvare. Desenele tind să reprezinte:

Imagini ale stăpânirii, autocontrolului și valorizării. Pentru băiat, traficul pe autostradă revine la normal, toate mașinuțele și camioanele vor merge lin, benzile șoselei nu sunt încălcate, reparația drumului e terminată, apar chiar turnuri de control pentru a păstra ordinea și „a ține un ochi atent asupra traficului”.

Manifestarea imageriei pozitive. Nu mai sunt războaie, conflicte, explozii. Fetița desenează o scenă însoțită, cu arbori exotici și zâmbete pe toate fețele.

După o serie de desene în care apar elemente de umor, copiii desenează o linie. Tot acum apar și mandalele, sub forma cercurilor, pătratelor sau triunghiurilor în jurul imaginii centrale. Treptat atașamentul se deplasează de la terapeut către alte persoane, lucru vădit în desene, după cum copiii spun de obicei: „Nu mai vreau să vin aici” și terapia încetează.

Imaginile pozitive interioare au fost restabilite, iar problemele comportamentale nu au mai fost semnalate.

Din studiile cazuistice menționate mai sus rezultă valoarea incontestabilă a desenului serial, nu numai ca mijloc de evaluare a stărilor și problemelor copilului în dificultate, dar și ca un suport terapeutic de excepție. Atragem atenția însă, că utilizarea acestei metode ține în primul rând de competența psihologului analist, cu formație de psihodiagnostician și consilier, a cărui prezență în orice instituție cu profil educațional este o necesitate. Desigur, pedagogii și educatorii pot apela la rândul lor la desene, ca mijloace promițătoare pentru semnalarea unor probleme ale copiilor, pentru exprimarea sentimentelor lor și stimularea comunicării nonverbale, dar nu trebuie să se bazeze în a interpreta sau provoca discuții irelevante și chiar periculoase prin diletantism. Este bine ca ei să fie deschiși în a colabora cu specialiștii psihologi ai copilului, pentru ca împreună să găsească cele mai adecvate noduri de evaluare și asistență.

#### e) Desenul liber

Desenul liber este cerut de obicei la începutul terapiei. Copiii doresc mai curând să deseneze sau să picteze ceea ce vor ei decât să li se spună ce să facă. În această manieră, ei ordonează lumea în modul în care doresc și sunt mult mai dispuși să coopereze la instrucțiunile viitoare. Când copiii desenează liber și fără nici o indicație, ei exprimă o parte din propria personalitate, își

eliberează propriile lor sentimente și atitudini care ar fi putut să fie inhibitate și ascunse. Această exprimare de sine și această libertate a gândirii și acțiunii sunt de altfel primul țel al intervenției terapeutice.

După ce copilul și-a terminat desenul, terapeutul poate ghida procesul terapeutic pe mai multe căi. De exemplu:

1) Copilul este încurajat să-și verbalizeze gândurile și sentimentele pe care le-a trăit în timpul desenării.

2) Copilul poate realiza o poveste plecând de la desen, poate descrie desenul în propriul său mod.

3) I se cere copilului să descrie desenul ca și când el ar fi desenul, să folosească pronumele personal „Eu”. De exemplu: „Eu sunt acest desen. Am linii roșii peste tot și un mic pătrat în interiorul meu.”

4) Terapeutul selectează lucrurile specifice din desen și-l ghidează pe copil să se identifice cu ele. De exemplu: „Fii micul pătrat și descrie-te cum arăți, care este rolul tău, etc.”

Pentru a ajuta procesul i se pot pune copilului întrebări ajutătoare: „Ce faci tu?”, „Ce ai închis tu?”.

5) I se poate cere copilului să realizeze un dialog între două părți din desen.

6) Se încurajează copilul să dea atenție culorilor. De exemplu: „Gândește-te asupra culorilor pe care le-ai folosit. Ce-ți transmit culorile strălucitoare? Dar cele întunecate?”.

Toate aceste modalități de lucru terapeutic conduc spre revelarea sinelui copilului și spre autoexprimare.

Urmează apoi munca de identificare, terapeutul ajutându-l pe copil „să se recunoască” ca fiind exprimat prin desen sau prin părți din desen. Se folosesc întrebări de tipul: „Tu te-ai simțit vreodată așa?”, „Ai făcut vreodată acest lucru?”, „Se potrivește asta cu viața ta în vreun fel?”.

Copiii nu-și recunosc întotdeauna problemele. Ei sunt speriați să facă acest lucru și se pot retrage în ei înșiși prefăcându-se că nu aud întrebările terapeutului. Ei exprimă astfel că au nevoie de mai mult timp până să se simtă în siguranță, să se autodezvăluie.

#### f) Jocul „Desenul unei povestiri”

Este o tehnică creată de Steward Gabel, care combină tehnica Squiggly a lui Winnicott (unde copilul și terapeutul desenează alternativ forme și se întorc la ele acordându-le o semnificație terapeutică) și „Tehnica povestirii mutuale” a lui Richard Gardner.

În acest joc interacțional terapeutul desenează primul o simplă linie pe hârtie și-l direcționează pe copil să traseze alte linii pentru a realiza un desen.

După ce termină, copilul este întrebat: „Ce este acesta?” sau „Ce se petrece aici?” și se poate porni astfel o discuție mai îndelungată.

După această fază inițială, copilul este rugat să traseze primul linia pe foaia de hârtie. Terapeutul apoi încorporează această linie într-un desen care este o urmare a desenului copilului și apare astfel realizată o secvență de desene care, eventual, devin o poveste mai completă. Acest proces alternativ conduce la o interacțiune strânsă între terapeut și copil, dar furnizează și un bogat material diagnostic și conduce la o mai bună conștiință de sine a copilului.

Când o serie de desene cu o poveste acompanyatoare a fost completată, desenele pot fi revăzute pentru a se accentua morala sau lecția care poate fi învățată de aici. Acum este recomandat să i se sugereze copilului să creeze alte finaluri povestirii, finaluri care ar putea fi mai satisfăcătoare.

În acest mod, terapeutul îl face pe copil conștient de noi alternative de a simți și a acționa, de soluții mai adaptative la probleme sale.

#### *g) Măzgăleala*

Tehnica măzgălelii, descrisă de Florance Cane (1951), este o metodă neamenințătoare de a-i ajuta pe copii să exprime acele părți din ei înșiși pe care nu le-ar împărtăși cu ușurință.

Procedura originală cere mai întâi copilului să-și utilizeze întregul corp pentru a face un desen în aer cu mișcări largi și ritmice. Apoi, după ce a fost experimentată o libertate a mișcărilor, copilul, cu ochii închiși, transferă aceasta într-un desen pe o foaie de hârtie (măzgăleală).

Exercițiul corporal are ca efect eliberarea copilului de inhibiții și, în consecință, se manifestă o mai mică constrângere în realizarea măzgălelii pe foaia de hârtie.

Următorul pas, după ce măzgăleala e completată pe foaie, este examinarea ei din toate unghiurile, găsind formele ce sugerează un desen cu sens. Desenul este apoi completat utilizând acele linii care se potrivesc cu imaginea mentală și conduc la altele. Produsul final seamănă foarte puțin cu liniile originale de pe foaia de hârtie.

Unii copii pot găsi mai mult de un desen, în timp ce alții vor contura și vor colora o singură pictură largă, coerentă. Copiii povestesc despre formele lor sau își imaginează că devin aceste forme și se exprimă în acest fel pe ei înșiși, devenind mai spontani și mai creativi.

#### *h) Desenarea sentimentelor*

Prin reprezentarea grafică a unora din sentimentele lor, copiii le exteriorizează, se confruntă cu ele și învață să le controleze. Câștigarea unui mai bun control emoțional conduce la dobândirea unui mai bun sens al identității personale.

Observarea procesului desenării este un aspect crucial al folosirii artei ca instrument terapeutic. Este mai bine ca terapeutul să rămână un observator pasiv, obiectiv, în timp ce copilul desenează. Este dezirabil, ca înainte de a încerca orice interpretare, terapeutul să obțină de la copii cât mai multe informații, autointerpretări și exprimări ale sentimentelor legate de propriile desene.

### **I.3.2. Alte mijloace expresive în psihoterapia copilului**

#### **• Fantezia**

Tehnicile fanteziei presupun folosirea întregului potențial imagistic și ele pot fi îmbinate sau nu cu desenul și mișcarea fizică. Analiza unei fantezii este o problemă foarte controversată. Se pare însă că pot avea loc schimbări semnificative fără producerea vreunui insight.

În psihoterapia copilului abundă ideile despre fantezie. Odată cu lansarea ideii stimulării emisferei drepte și a interesului pentru educația umanistă s-a produs o proliferare a cărților care tratează astfel de subiecte.

Descriem în continuare câteva astfel de exerciții de fantazare, unele dintre ele regăsindu-se și în studiile de caz.

Un frumos exercițiu de fantazare, descris după Violet Oaklander (1988, pag. 16) se numește „Lupta”.

Copilul își imaginează cu ochii deschiși că este un mic vapor în timpul unei furtuni puternice.

„Încearcă să-ți imaginezi că tu ești unicul vapor și explică ceea ce simți. Vântul este puternic și încearcă să scufunde vaporul. Valurile îl izbesc cu putere. Vorbește-mi despre modul cum diferite părți ale corpului tău trebuie să lupte cu furtuna.

Cum îți comunică diferite părți ale corpului tău dacă vei ieși învingător sau învins din furtună?

Pe neașteptate vântul a atacat pentru ultima oară micul vapor și apoi moare. Vaporașul a câștigat lupta!

Ce experiențe reale de viață ai avut tu, care să fie asemănătoare cu situația dintre vântul muribund și vaporașul învingător?

Imaginează-ți că tu ești micul vaporaș care tocmai a învins furtuna. Ce simți tu față de furtună?

Imaginează-ți că ești marea furtună care tocmai nu a reușit să scufunde vaporașul. Ce simți tu față de el?

Acum fă un desen despre tine însuși ca vaporaș într-o furtună.”

Din această situație imaginară se desprind informații valoroase despre locul copilului în lumea sa și despre modul cum face el față forțelor exterioare.

Un alt exercițiu care pune în evidență strategiile copilului de a face față obstacolelor este „fantezia zidului” (I.Mitrofan, 1995): „Imaginează-ți că mergi pe un drum și pe neașteptate îți apare în față un zid. Ce faci tu în această situație? Cum îți apare zidul? Ce simți față de el?”.

În fantezia „Peștera” apar temerile și conflictele ascunse ale copilului.

„Imaginează-ți că te afli în fața unei peșteri. Peștera are o ușă mare în spatele căreia se află ceva care vrea să iasă. Mergi, deschide ușa și vezi ce se poate întâmpla.”

Acest gen de fantezii pot fi continuate cu dialog gestaltist astfel încât copilul să poată deveni conștient de trăirile sale.

Li se poate cere copiilor să-și imagineze că sunt animale și să scoată sunete ca acestea. Apoi să vorbească despre animalul respectiv și să povestească o istorioară despre el.

#### • Modelajul

Materialele pentru modelaj pot fi lutul, plastilina, aluatul, fiecare cu calități diferite.

Lutul oferă atât experiențe kinestezice, cât și tactile. Flexibilitatea și maleabilitatea lutului se potrivesc unei varietăți de nevoi. El pare să spargă adesea blocajele copilului, putând fi utilizat cu succes și de cei care au mari dificultăți în exprimarea sentimentelor. Copiii supărați pot exprima supărarea lor în lut în diverse forme. Cei care sunt nesiguri și fricoși pot simți un sentiment al controlului și stăpânirii de sine prin intermediul lutului. Copilul agresiv poate utiliza lutul pentru a-l lovi și sfărâma.

Un astfel de exercițiu cu lutul este următorul (C.J.Mills, J.R.Crowley, 1986, pag. 69): „Închide ochii și intră în spațiul tău interior. Simte lutul cu ambele mâini pentru câteva minute. Respiră de două ori profund. Acum eu doresc să faci ceva cu lutul, cu ochii închiși. Degetele tale încep să se miște.

Observă dacă lutul pare să dorească să urmeze propriul său drum. Sau poate că tu vrei ca el să urmeze drumul tău. Realizează o formă, o figură. Lasă-te să fii surprins de ceea ce se întâmplă. Vei avea doar câteva minute pentru a face asta. Când ai terminat, deschide ochii și privește la ceea ce ai realizat. Întoarce obiectul și privește-l din diverse părți și unghiuri.

Acum fii această bucată de lut. Tu ești lutul!”

În alte exerciții cu lutul, copilului i se spune să realizeze, cu ochii închiși, un animal, o pasăre, un pește, reale sau imaginare, sau ceva dintr-un vis, ceva ce i-ar plăcea să existe sau să modeleze din lut: familia sa sau

problema sa sau o imagine simbolică despre el însuși sau i se poate cere să facă o poveste, o scenă cu lutul său.

Limita de timp este de trei minute pentru fiecare temă și s-a constatat că aceasta elimină perfecționismul și adesea conduce la rezultate mult mai interesante decât timpul îndelungat.

Modelajul poate fi realizat de un singur copil sau în grup. În acest ultim caz, copiii pot lucra pe o singură bucată de lut sau pe propria lor bucată, asamblând apoi obiectele realizate.

#### • Colajul

Colajul este realizat prin lipirea sau atașarea de materiale de o mare varietate pe hârtie sau pânză. Pot fi utilizate în colaj: hârtie de toate tipurile, variate texturi, lucruri moi și aspre, nasturi, poleială, celofan, cartoane de ouă, capace de sticlă, macaroane, fire de lână, frunze, coji, semințe de toate felurile etc. Se utilizează cu succes pozele decupate din reviste sau cărți, fotografiile.

Un colaj poate fi realizat în multe feluri similar cu pictura și jocul cu nisip.

Copiii pot povesti despre colajul în sine, îi pot da un titlu sau pot povesti despre procesul de realizare a colajului.

Colajul ajută la eliberarea imaginației și poate fi utilizat ca exprimare senzorială și emoțională.

#### • Jocul cu nisip

Este o tehnică terapeutică de sorginte jungiană și simbolul joacă un rol important.

În activitatea sa terapeutică cu copiii și adolescenții Dora Kalff a descoperit analogii între copilărie și dinamismul integrării personalității descris de Jung ca principiul totalității.

Descriem în continuare cum apare jocul cu nisip în viziunea D. Kalff.

Ea utilizează o cutie de nisip (57x72x7 cm), limitele sale acționând ca factor de reglare și de protecție pentru imaginația celui care se joacă. Jucăriile sunt de o mare diversitate, ele reproducând cam tot ce se poate să existe în jurul copilului.

Jocul în nisip al unui copil poate fi interpretat ca o reprezentare tridimensională a unei situații psihice. O problemă inconștientă se exprimă în cutia de nisip, jucându-se acolo ca o dramă. Conflictul este transpus din viața internă a copilului în viața externă și devine vizibil pentru terapeut. Acest joc al imaginației dinamizează inconștientul și acționează astfel asupra psihicului copilului.

Terapeutul interpretează pentru el însuși simbolurile apărute în seria de jocuri cu nisip și în unele cazuri, jocurile sunt explicate copilului prin raportarea la situații cotidiene de viață, în termeni ușor de înțeles.

Grație exteriorizării sale prin joc, problema internă a devenit vizibilă și evoluția psihică face un pas înainte. Pe de altă parte, structurile jocului și letaliile sale furnizează terapeutului linie directoare pentru tratament.

Dora Kalff consideră că, adesea, primul joc lămurește deja situația; el conține, înăuntrul simbolului țelul de atins: realizarea sinelui. După aceea, sunt eliberate energii noi pentru a duce la dezvoltarea sigură a eului.

#### • Crearea de povești

Crearea poveștilor este o practică de primă importanță în psihoterapia copilului. Utilizarea lor în terapie implică: realizarea poveștilor de către terapeut și povestirea lor copiilor; realizarea poveștilor de către copii; utilizarea unor lucruri care să stimuleze poveștile (cum ar fi picturile, testele proiective, marionetele, desenatul, jocul cu nisip), deschiderea către fanteziile interioare sau utilizarea mijloacelor video sau audio, a microfonului de jucărie sau a unui set TV imaginar.

Din poveștile pe care le realizează copilul, terapeutul este capabil să faciliteze insighturi asupra conflictelor, frustrărilor sau mecanismelor de apărare ale copilului.

Se consideră că poveștile copilului sunt mai ușor de analizat decât visurile, asociațiile libere și alte producții ale adultului.

Problema principală a terapeutului de copii ar fi să utilizeze insighturile sale terapeutice.

Dr. Richard Gardner a creat „tehnica mutuală a realizării de povești” (apud. Oancea, 1989, pag. 211).

El cere mai întâi copilului să povestească o istorioară și este atent la atmosfera și cadrul povestirii, la reacțiile emoționale ale copilului atunci când spune povestirea, determină figura sau figurile care-l reprezintă pe copil sau care corespund persoanelor semnificative din mediul său. Apoi Gardner spune propria sa poveste pornind de la aceleași personaje, atmosferă și soluții inițiale ca și în povestirea copilului dar oferă o rezolvare mai potrivită la cele mai importante conflicte. Fiecare poveste se termină cu o lecție sau o morală derivată din situația poveștii. Se încearcă astfel să i se ofere copilului mai multe alternative.

Terapeutul trebuie să deschidă noi căi nelese în considerare în schema de gândire a copilului.

Copilul trebuie ajutat să devină conștient de multitudinea de opțiuni care sunt disponibile să le înlocuiască pe cele înguste, autodistructive, alese de el.

Și basmele și legendele oferă un material foarte bun de lucru cu copiii. Ele se referă la emoțiile universale de bază: dragoste, ură, frică, furie, singurătate, sentimente de izolare și de a fi fără valoare.

Au fost publicate numeroase lucrări cu privire la structura, semnificația și valoarea educativă a poveștilor. Una dintre cele mai cunoscute este cartea lui B. Bettelheim (1976) „Psihoanaliza poveștilor cu zâne”.

Autorul este de părere că basmele se adresează „eu-lui fraged” al copilului și favorizează dezvoltarea sa, totodată eliberând presiunile inconștiente și preconștiente. Tărâmul basmelor îi dezvoltă copilului capacitatea de a-și construi și verbaliza trăirile și proiecțiile, fără să-l primejduiască nici afectiv, nici etic.

Copilul are nevoie „de ceva” care să-l facă să vadă toate avantajele unui comportament conform cu morala, nu prin intermediul preceptelor etice clasice, ci prin spectacolul „aspectelor tangibile ale binelui și răului” care capătă atunci pentru el toată semnificația lor. El poate să învețe prin basme „că lupta contra gravelor dificultăți din viață este inevitabilă și face parte intrinsecă din existența umană, dar că în loc de a se ascunde, el trebuie să înfrunte în mod ferm încercările neașteptate și adesea injuste, trebuie să vină de hac tuturor obstacolelor, sfârșind prin obținerea victoriei.” (op. cit., 1976, pag. 24).

Ch. Vandenplas-Holper (1993) evaluează calitățile poveștilor pentru copii în vederea stimulării socio-emoționale.

Se urmărește analiza poveștilor în funcție de structura și conținutul lor în vederea desprinderii problemelor pe care le abordează personajele prezente în poveste, a valorilor pe care acestea le vehiculează și cu care lectorul sau auditorul sunt confrunțați în final, a modului în care poate folosi terapeutul aceste povești pentru stimularea socioemoțională a copilului.

Modul de folosire a poveștii ar fi următorul: copilului cu o anume tulburare socioemoțională i se citește o poveste ce abordează o temă care să-l ajute să iasă din situația sa. De exemplu, unui copil care este fricos și nu are încredere în forțele proprii i se spune o poveste în care eroul este învingător, se caracterizează prin curaj și nu are nevoie de ajutoare exterioare în atingerea scopului. Se așteaptă ca micuțul să se identifice cu personajul principal din poveste și să încerce să-l imite.

#### • Lucrul cu basmul

Din perspectivă psihologică, basmul are o mare valoare ca expresie a unui scenariu inițiativ. Copiii, fără a conștientiza, refac, generație după generație, drumul eroului mitologic, care, înainte de a intra în rândul oamenilor

maturi, este supus unui număr de încercări care-i verifică vitejia, înțelepciunea, forța fizică, tăria de caracter.

Putându-se identifica pe plan imaginar cu eroul basmului, copilul rămâne în universul său infantil și în același timp, se vede în lumina basmului ca și cum ar fi crescut brusc și ar fi învingător.

Structura basmului nu numai că o preia pe cea a riturilor de inițiere, ci, într-un fel, repetă structura experiențelor infantile, care este o succesiune de misiuni și dueluri, de încercări grele și deziluzii. Astfel, el își populează treptat universul cu aliați puternici și dușmani diabolici.

Alt aspect este acela al rezolvării problemelor copilului, educarea manierelor de a face față crizelor sau situațiilor stresante. Prin intermediul basmelor, se consideră că se stimulează înțelegerea de sine și a celorlalți, stabilind relații reciproce semnificative. Basmul stimulează descentrarea copilului, creându-i jocul de perspectivă, care-l face să se pună în locul altuia și să regăsească în altul ceva din el însuși.

Basmul nu acționează doar la nivelul conștientului sau al inconștientului personal, ci și la nivelul inconștientului colectiv.

C.G. Jung a explicat această influență prin funcția terapeutică a simbolurilor arhetipale, care au rolul de a direcționa energia arhetipurilor din inconștient în conștient.

„Iată de ce este deosebit de important să li se povestească copiilor basme, legende, iar adulților să li se transmită noțiuni religioase. Toate acestea sunt simboluri instrumentale cu ajutorul cărora conținuturile inconștientului sunt preluate de conștient pentru a fi interpretate și integrate.

În lipsa lor, energia arhetipurilor, adesea considerabilă, se îndreaptă spre conținuturi neînsemnate și le ridică însemnătatea până la nivele patologice. Astfel se nasc fobiile, în aparență lipsite de temei, precum și ideile tensionale, idiosincraziile, reprezentările hipocondriace sau perversitățile intelectuale care se pot manifesta social, religios sau politic.” („În lumea arhetipurilor”, 1994, pag. 184)

Fiind interesată de influența pe care o are basmul asupra copilului, am elaborat o tehnică imaginativă în care copilul realizează o interferență între lumea sa reală și lumea fantastică a basmului.

Am aplicat această tehnică în mod experimental pe 36 de copii cu vârste cuprinse între 5 și 7 ani. Voi descrie în continuare modul de lucru și rezultatele experimentului. (v. E. Vladislav, 1997)

Am folosit basmul popular „Prâslea cel Voinic și merele de aur”, cu care i-am familiarizat în prealabil pe copii. Ei au fost puși, individual, în situația de a rezolva imaginativ două situații problematice din viața lor reală, apelând la ajutorul personajelor și obiectelor miraculoase din basm.

Prima situație: „Închide, te rog, ochii și imaginează-ți că ai făcut o năzdrăvănie și ești gata, gata să fi pedepsit (acasă sau la grădiniță). Numai că acum se întâmplă un lucru neobișnuit. Închipuie-ți că unul sau mai multe personaje din basmul nostru pot să vină și să te ajute să scapi de pedeapsă.” I se citește lista de personaje pentru a i le reaminti. „Foarte bine, acum, dacă ți-ai imaginat, poți să deschizi ochii și să-mi spui ce personaj ai vrea să vină în ajutorul tău.” Pe măsură ce copilul își derulează povestirea, am intervenit cu întrebări care să-l stimuleze să facă asociații: „Ce personaj vrei să vină în ajutorul tău?”, „Ce ar face el pentru tine?”, „Ar putea el singur să te ajute sau ar veni și alt personaj?”, „Acesta ce ar face pentru tine?”, „Cu ce obiect fermecat ar veni personajul tău?”. I se citește lista cu obiectele miraculoase din basm. „Ce s-ar întâmpla dacă ar veni cu acest obiect?”, „Ce ar face cu el?”

A doua situație: „Închide, te rog, ochii și imaginează-ți că ești singur noaptea, în întuneric. Închipuie-ți că poate să vină oricare dintre personajele din basmul nostru să te ajute să nu-ți mai fie frică sau urât.” I se citește lista cu personajele din basm. „Foarte bine, acum, dacă ți-ai imaginat, poți să deschizi ochii și să-mi spui ce personaj ai vrea să vină în ajutorul tău să nu-ți mai fie frică.” În continuare, investigarea se derulează identic cu cea din prima situație.

Prin analiza de conținut a povestirilor născocite de copii am desprins trei maniere prin care aceștia, aflați în situații problematice, se raportează la conținutul basmelor. Le voi expune în continuare, însoțindu-le cu exemple din protocoalele experimentale.

1) *Transpunerea în lumea imaginativă a basmului.* Unii copii se identifică cu diferite personaje și dau răspunsuri corespunzătoare. Astfel, băiețelul B.R. se identifică cu Prâslea și ar vrea ca Împăratul să-l ia cu el la palat și să-l lase să-i păzească merele. P.C. se identifică cu Împăratul: „Prâslea și frații lui să-mi păzească pomul cu merele de aur. Să-mi aducă merele de aur. Prâslea să mă ajute să nu-mi fure nimeni merele.”

Fetele se identifică cel mai des cu fetele de Împărat: „Fratele cel mijlociu să mă ia de nevastă și să trăim într-un palat.” (C.A.), „Zmeii vor să mă ia de nevastă, dar Prâslea mă salvează.” (I.L.). Alți copii intră în lumea basmului aduși de Zmeu, de Zgripturoaică sau de Împărat. Zmeii și Zgripturoaica sunt făpturi fantastice ce fac legătura între „tărâmul nostru” și „tărâmul celălalt”. Probabil din această cauză sunt aleși de copii drept vehicule capabile să îi ducă în lumea imaginativă a basmului. „Să vină Zmeul. Mă pun pe spinarea lui și mă duc la palatul lui” (B.R.), „Mă duc cu Zmeul în poveste.” (V.M.), „Zgripturoaica să zboare cu mine până la palatul lui Prâslea și să vină înapoi acasă la mine. Împăratul mă duce la el la palat să văd capete de animale sau de Zmei puse pe perete, că n-am văzut niciodată.” (N.I.)



2) *Transpunerea personajelor din basm în viața reală.* S-au constatat două situații: una în care copiii proiectează în personajele din basm persoane din viața lor reală (educatoare, părinți) și cealaltă în care personajele se poartă ca niște persoane reale (sună la ușă, dau telefon, mănâncă mâncarea din frigider). Exemple pentru prima situație: „Zmeul mă pedepsește.” (S.A.), „Fratele cel mare să nu mai trimită copiii după bere. Să se ducă el să ia bere, tot ce-i trebuie.” (I.L.), „Împăratul mă pedepsește pentru că am înjurat.” (M.M.). Exemple pentru a doua situație: „Prâslea și Zgripturoaica sună la ușă! Mă uit pe vizor întâi, că dacă ar fi cineva și m-ar fura.” (S.C.), „Nu pot să-i dau telefon lui Prâslea pentru că el nu are telefon.” (V.N.), „Personajele nu au pe unde să vină pentru că am lăcat la ușă.” (C.R.).

3) *În povestirile copiilor apar dorințele, sentimentele, frustrările lor ascunse.*

Exemple în care se observă rolul compensator al imaginației: „Să-mi aducă Prâslea jucării, păpuși, haine. Pui de Zgripturoaică să mă facă să am o rochie, că îmi place. Când văd că mama mă îmbracă în pantaloni nu-mi place.” (I.L.), „Împăratul mă duce la el la palat, mă învață să fac karate.” (C.A.), „Prâslea să mă ducă la mare. Acolo e bine, e frumos, nepedepsită pe apă.” (V.L.). Interesante sunt răspunsurile a două fete în cazul cărora părinții sunt divorțați și ele locuiesc doar cu mamele și bunicii: „Prâslea să mă păzească, să aibă grijă de mine. Tatăl meu e gras și e puternic și stă cu mine când sunt singură, dar nu stă cu mine în casă.” (S.I.). Se observă cum tatăl este proiectat în Prâslea. „Îmi imaginez că Fata cea Mare și Fata cea Mică de Împărat sunt mama și sora mea. Mi-aș imagina că Fiul cel Mare este tatăl meu și Prâslea e fratele meu.” (B.N.). În ambele cazuri apar dorințele fetelor de a trăi în familii nedezbinate.

Răspunsurile din prima situație problematică mi-au permis să observ care sunt sentimentele copiilor atunci când sunt pedepsiți: „Când vrea mama să-mi dea o palmă sau să-mi facă ceva, Prâslea să o facă să-i fie milă de mine, să nu mai dea cu palma în mine.” (N.I.), „Prâslea să-i spună Doamnei educatoare: «Să nu-l mai pedepși pe Dani pentru că este un băiețel cuminte.» - Doamna nu știe asta.” (I.D.), „Tăticul mă bate în fiecare zi când spun o prostie. Zmeii și Balaurul îl omoară pe tăticu și eu plec cu ei în poveste.” (V.M.).

În povestirile copiilor apar idei interesante asupra personajelor mitice. Astfel, Zmeul are și rol pozitiv și rol negativ. Unii cred că Zmeii sunt răi, dar pe ei îi ajută: „Zmeul cel Mic îi spune lui Prâslea ce am făcut eu acasă și el îmi spune să fiu cuminte. Zmeul e rău, dar pe mine mă ajută.” (D.O.), „Zmeul e

rău, dar pe mine mă apără. Când vine un hoț să-l împungă cu coarnele.” (B.R.). Alții admit că Zmeii sunt și buni și răi: „Zmeul cel Mic și Zgripturoaica mă apără. Cred că Zmeul ar fi ca un iepuraș. E bun... nu e așa de bun, e și bun și rău, mai face năzdrăvăanii.” (S.C.), „Zmeii erau răi, dar și frumoși, ca niște oameni, dar răi la suflet.” (I.I.). Însă cel mai expresiv răspuns a fost dat de fetița C.A.: „Zmeul e rău, dar mă ajută. El ar veni cu măruș de aur și m-ar transforma în Zineu. Eu aș face... să-i bat pe oamenii buni pentru că mie mi se pare că sunt răi. Știu că oamenii sunt buni, dar mie, dacă sunt Zmeu, mi se pare că sunt răi.”. Reiese de aici că Zmeul face rău din ignoranță. El este rău pentru că i se pare că oamenii sunt răi.

Remarcând că acești copii au scoruri mari la originalitate și lansez următoarea ipoteză: cu cât este lăsat copilul mai liber să-și imagineze, cu cât îi va fi mai încurajată creativitatea, cu atât va fi el mai receptiv la sensul ascuns al simbolurilor arhetipale, în stare să sesizeze atât latura pozitivă, cât și cea negativă a arhetipurilor. În urma analizei rezultatelor experimentului consider că această tehnică imaginativă poate fi utilizată în mai multe moduri:

1) Ca mijloc de diagnosticare a personalității și vieții socio-emoționale a copiilor, a tipurilor de relații părinți-copii, copii-educatoare, jucând rolul unei tehnici proiective.

2) Ca mijloc de stimulare a creativității (demonstrat statistic), creativitatea fiind un garant al sănătății psihice.

3) Ca tehnică psihoterapeutică ce se poate înscrie în rândul celorlalte tipuri de terapie prin metaforă la copii.

Personajele și obiectele miraculoase din basm, privite ca metafore, au două niveluri de înțelegere: a) la nivel conștient sunt prieteni care îi ajută pe copii să depășească situația grea în care se află, b) la nivel inconștient ele funcționează ca resurse și puteri interioare alese de copil să-i vină în ajutor.

### • *Metafora terapeutică*

#### *a. Povestile metaforice*

Un element pe care, atât metafora literară cât și cea terapeutică o au în comun este corespondența (Jaynes, 1976): „Noi trebuie să fim capabili să experimentăm o sincronie imediată între o metaforă și referentul său.”.

În metafora literară, corespondența dintre metaforă și „referentul” său trebuie să fie suficient de strânsă ca să evoce simțul unei familiarități imagistice: cititorul trebuie să fie condus în interiorul unei bogății a imaginii, oricât de străină sau îndepărtată ar fi experiența descrisă.

În timp ce descrierea este funcția principală a metaforei literare, țintele metaforei terapeutice sunt modificarea, reinterpretarea, remanierea.

Metafora terapeutică trebuie să evoce atât familiaritatea imagistică a metaforei literare, cât și familiaritatea rațională bazată pe o înțelegere a experienței personale.

Povestea, personajele, evenimentele, locurile, trebuie să vorbească despre viața obișnuită a celor ce o ascultă și ea trebuie să aibă un limbaj care să fie familiar.

Pentru a funcționa în sens terapeutic, este necesar să se creeze ceea ce Rossi numea „porțiuni de realitate fenomenologică”, în care lumea creată prin metafora terapeutică este experimentată de către copil. Aceasta creează trei căi de relaționare empatică între copil, terapeut și poveste, care îi dă posibilitatea copilului să se identifice cu personajele și evenimentele descrise. Acesta este sentimentul identificării care conține puterea transformatoare a metaforei (Gordon, 1978).

Copilul trebuie să creeze o punte de conectare personală între sine și evenimentele din poveste. În metafora terapeutică aceasta este facilitată prin reprezentarea problemei copilului suficient de exact astfel încât el să nu se simtă singur, și suficient de indirect ca să nu se simtă stânjenit, rușinat sau rezistent. Odată cu identificarea stabilită între copil și poveste, sentimentul de izolare al copilului din jurul problemei sale („Nimeni nu are problema mea.”) este înlocuit cu un sentiment al împărțirii experienței („Ei au o problemă ca a mea.”). Totuși conectarea dintre problema metaforică și problema copilului rămâne insuficient conștientizată, aceasta reprezentând finețea metaforei terapeutice.

Întrebându-se cum poate crea cineva părți de realitate fenomenologică prin care metafora terapeutică obține aceste efecte, J.Mills și R.Crowley (1986) au pornit de la studierea componentelor basmelor. Ei consideră că basmele sunt un exemplu excelent despre cum metafora poate fi utilizat atât literar cât și terapeutic. Într-un mod sau altul, multe basme clasice:

1. Stabilesc o temă globală a conflictului metaforic în relație cu protagonistul.
2. Personifică procese inconștiente în forma eroilor sau salvatorilor (reprezentând abilitățile și resursele protagonistului) și ticăloșii sau obstrucționări (reprezentând fricile și credințele negative ale protagonistului).
3. Personifică situațiile de învățare paralele, în care protagonistul este victorios.
4. Prezintă o criză metaforică în interiorul unui context de rezolvare inevitabilă, în care protagonistul își învinge sau își rezolvă problemele.
5. Dezvoltă un nou sentiment al identificării cu protagonistul ca rezultat al victoriilor sale „călătorii eroice”.
6. Culminează cu o sărbătoare în care este recunoscută vitejia protagonistului. (op. cit. 1986, pag. 65)

Metaforele terapeutice pot fi create prin diverse strategii: preluând teme din poveștile populare sau cele S.F., folosind povești originale bazate pe motive din basme și povești originale bazate pe propria imaginație a copilului și a terapeutului.

O altă sursă bogată de creare a metaforelor este experiența din viața reală.

Terapeutul solicită și utilizează experiențe pozitive ale copilului - hobby-urile sale, filmele, personajele din desene animate, tovarășii de joacă, animalele, evenimentele, amintirile care au avut efect benefic. Aceste asociații plăcute pot funcționa ca „bilet de intrare” în lumea resurselor interne ale copilului. De asemenea, ele ajută formarea „structurii cadru” (Brink, 1982) a metaforei, utilizând scene, activități și evenimente familiare copilului.

#### *b. Metafora artistică*

O altă aplicare a metaforei terapeutice ce se alătură utilizării poveștilor metaforice, integrând sistemele senzoriale și evocând schimbarea inconștientă o constituie metafora artistică.

Metafora artistică utilizează strategii de desenare, jocuri din carton create de către copil și dând o altă dimensiune experienței terapeutice.

Atât metafora povestirii cât și metafora artistică se focalizează în special pe integrarea funcționării creierului drept și stâng pe nivele inconștiente prin abordări multisenzoriale. Deoarece metafora artistică implică utilizarea obiectelor în spațiu, ea este atât multisenzorială cât și tridimensională. Aceasta ajută mesajul terapeutic să se exprime în termeni tangibili, fizici. Se transmit astfel într-o expresie exterioară sentimentele și senzațiile interioare și, în același timp, mintea inconștientă poate exprima și rezolva problema copilului pe calea reprezentărilor conștiente.

O să ne referim în continuare la două din metaforele artistice descrise de J.Mills și R.Crowley în cartea lor „Metafore terapeutice pentru copii și copilul interior” (1986).

Metafora „Cum să faci față mai bine suferinței” (1986, pag. 74) a fost creată pentru a-i ajuta pe copii să facă față durerii fizice. Scopul său este de a furniza un instrument artistic prin care: 1) senzațiile dureroase pot fi obiectivate și 2) în același timp se poate avea acces la resursele interioare. Această tehnică, folosită ca adjuvant în demersul diagnosticului și tratamentului medical nu este utilizată să mascheze durerea, ci mai degrabă să o controleze, să o slăbească și ajută copilul să se disocieze de ea.

Ea presupune trei pași simpli în care copilul este pus să deseneze:

- 1) Cum apare durerea chiar acum;
- 2) Cum apare starea de bine (lipsa durerii);
- 3) Cine poate să ajute primul desen să se transforme în al doilea desen.

Aceste desene servesc mai multor scopuri.

În primul rând, ele îl pot ajuta pe copil să se disocieze de durere prin transformarea ei într-o imagine pe hârtie. Rolul încercării de a aduce o imagine vizuală a durerii activează „nivelul secund al conștiinței” (Rossi, 1972) care-l ajută pe copil să se deconecteze de la simțul durerii.

Al doilea scop este acela că redarea durerii într-o imagine tangibilă dă copilului un sens al cunoașterii care este în relație cu sensul mișcării de la necunoscut la cunoscut. Acesta este un pas important în a ajuta copilul să câștige un simț al controlului durerii.

Al treilea scop al desenării este de a ajuta să se manifeste sistemul senzorial care este nefolosit de către copil. Copilul bolnav este blocat pe un dureros canal kinestezic.

Toată atenția copilului este în mod obișnuit centrată pe sentimentul de a fi bolnav. Desenarea modului cum arată durerea ajută să se activeze alte părți ale creierului, care difuzează atenția și furnizează o bogăție de resurse prețioase.

Al patrulea scop al desenării este unul al puterii de implicare. Prin a-i cere copilului să deseneze cum arată o stare de „mai bine” terapeutul sugerează că „mai bine” există.

Când copilul înțelege și începe să deseneze, acțiunea sa semnifică că „mai bine” este de asemenea o realitate potențială. Începe acum să construiască un „pod” metaforic de la disconfort la confort, utilizând propriul său „medic inconștient”. Acest pod este produs în interiorul celui de al doilea desen și apoi devine real și concret în al treilea desen, care descrie în mod simbolic abilitățile și resursele copilului pentru a-l actualiza.

O altă metaforă artistică creată de J.Mills și R.Crowley este „Terapia prin desen animat”. Ei pornesc de la ideea că personajele din desenele animate și aventurile lor sunt *ipso facto*, simboluri puternice pentru mulți copii și de aceea ele pot fi utilizate cu ușurință ca alternativă metaforică pentru lucrul cu fricile, anxietățile, conflictele copiilor.

„Terapia prin desen animat” poate fi utilizată în conjuncție cu orice altă intervenție terapeutică.

Astfel, personajul favorit din desenele animate poate fi încorporat într-o povestire metaforică, desenat sau decupat ca scop sau ajutor în „jocul panoului resurselor”, transpus într-o marionetă în „jocul magic al marionetelor” sau desenat ca parte din „desenul resurselor interioare”.

La nivel conștient, personajele din desenele animate pot deveni importanți prieteni imaginari ce-l acompaniază pe copil în cabinetul doctorului (Gardner și Ohness, 1981) sau dau copilului suportul emoțional necesar în relația cu „teroarea” școlii sau îl ajută să facă față coșmarurilor.

La nivel inconștient, ajutoarele din desenele animate simbolizează forțele și resursele interioare, ceea ce explică atracția copilului pentru un anume personaj.

De exemplu, în cazul unui copil cu coșmaruri, tehnica terapeutică ar putea decurge astfel:

- 1) Desenează cum arată coșmarul!;
- 2) Desenează ce personaj din desenele animate te-ar putea face să te simți în siguranță!;
- 3) Cum poate arăta starea ta de mai bine?

#### • Marionetele

Este mai ușor pentru copil să vorbească prin intermediul marionetei care spune în mod direct ceva ce lui îi vine greu să exprime. Marioneta implică detașare și copilul se simte în siguranță să releve ceva din intimitatea sa în acest mod.

Ca și alte materiale artistice, marionetele servesc atât în scop diagnostic, cât și în terapie. În terapie ele pot fi utilizate în diferite moduri: în exerciții conduse de terapeut, spontan în timpul terapiei sau în teatrul de marionete. Mai jos descriem câteva dintre acestea (V.Oaklander, 1988, pag. 105).

I se poate cere copilului să aleagă marioneta și să fie vocea marionetei: „Spune de ce ai fost aleasă”. Apoi copilul vorbește prin „intermediul” marionetei despre sine.

Copilul alege una sau două marionete care-i amintesc de el sau de cineva pe care-l cunoaște.

În orice situație, terapeutul, un alt copil sau chiar grupul îi pot pune marionetei orice tip de întrebare.

Un alt exercițiu de interacțiune este următorul:

„În timp ce restul grupului privește, copilul și terapeutul sau doi copii aleg câte o marionetă și acestea comunică nonverbal una cu alta.”  
Sau:

„Un copil alege două marionete și ele interacționează nonverbal, apoi verbal, în timp ce restul grupului privește.”

Marionetele introduc alte marionete sau alți copii.

Se constată cum copiii se exprimă mult mai ușor prin intermediul marionetelor și chiar comunică mai ușor cu marioneta aleasă de terapeut decât cu terapeutul însuși (mai ales copiii mici).

În teatrul de marionete copiii povestesc istoria lor prin intermediul marionetelor.

Tema poate fi aleasă de către copil sau de către terapeut, care se bazează în alegere pe o anumită situație problematică în viața copilului sau poate realiza un spectacol vesel doar de dragul distracției.

Se folosesc o varietate de marionete: un bărbat, o femeie, un cuplu de fete, un cuplu de băieți, un diavol, o vrăjitoare, un crocodil, un tigr, un bebeluș, un rege, un câine și multe animale și păpuși. Pot fi de ajutor adăugarea: unei păpuși-doctor, a unui lup, a unor figuri de bunici, a unui polițist, a unui șarpe.

Copiii nu numai că pun în acțiune situațiile de viață prin intermediul diferitelor marionete, dar ei le identifică cu ușurință cu variate „părți” din ei. Uneori, prin jocul marionetelor, ei sunt capabili să-și rezolve conflictele interioare mai bine, să le echilibreze și să integreze multe aspecte din ei înșiși.

#### • *Terapia prin joc (ludoterapia)*

Jocul continuă să fie una din căile principale de lucru cu copiii în terapie. El ajută la realizarea raportului necesar dintre terapeut și copil și poate fi un bun instrument diagnostic.

Poți observa la copil când se joacă multe lucruri despre maturitatea, inteligența, imaginația și creativitatea sa, organizarea cognitivă, orientarea în realitate, volumul atenției, abilitățile de rezolvare a problemelor, modurile de a intra în contact și așa mai departe. Copilul poate de asemenea să se joace evitând să-și exprime sentimentele și gândurile.

Psihanalista M.Klein privește jocul ca un tip de reprezentare simbolică a fanteziei inconștientului și-l interpretează ca atare.

Waelder declară că jocul aduce copilului oportunitatea de a asimila treptat ceea ce în viața reală ar putea fi dificil să integreze; iar Erickson numește jocul „calea regală de înțelegere a eforturilor ego-ului infantil la sinteză”.

Se consideră chiar că jocul este forma copilului de auto-terapie, prin care lucrează adesea asupra confuziilor, anxietăților și conflictelor sale.

În terapie, jocul se poate realiza în același mod cum se utilizează o poveste, un desen, o scenă din jocul cu nisip, un spectacol cu marionete sau un joc dramatic improvizat.

Violet Oaklander ne împărtășește în cartea sa „Gestaltterapia la copil și adolescent” manierele în care utilizează jocul în cadrul terapiei (1988, pag. 60).

„Observ procesul copilului. Cum se joacă el, cum se apropie de materiale, pe care le alege, pe care le respinge? Care este stilul său general de joacă? Este organizat sau dezorganizat? Care este patternul său de joc?

Observ conținutul jocului în sine. Se joacă el după anumite teme? Agresiune? Îngrijorare? Există o seamă de accidente de mașini, de avioane?

Observ modurile de contact ale copilului. Realizează al un bun contact cu sine și cu jocul când se joacă? Realizează contact între obiecte? Întră oamenii, animalele, mașinile în contact unele cu altele? Se privesc, vorbesc unele cu altele?”

Terapeutul poate direcționa conștientizarea copilului asupra procesului jocului și contactului din joc. Îi poate spune: „Pari să fii cam lent”; „Nu te-am observat niciodată să le atingi”; „Acest avion este singur”.

Dacă partenerul se repetă în timpul jocului terapeutul poate direcționa întrebările către viața copilului. Îl poate întreba: „Îți plac lucrurile ordonate acasă?”, „Îți murdărește cineva camera?”.

Îl se poate cere copilului să se oprească la orice punct al jocului și să-l repete, să accentueze sau să exagereze acțiunea sa.

Sau i se poate cere să se identifice cu orice om, animal, obiect și apoi se aduce situația înapoi la copil și la viața sa.

„Te-ai simțit vreodată ca această maimuță?”

„Te-ai simțit vreodată îngrămadit?”

„Te-ai aflat vreodată într-o luptă ca acești doi soldați?”

Se produce un nivel de integrare tocmai prin exprimarea situațiilor, sentimentelor, anxietăților în mod deschis. Integrarea se produce atât prin exprimarea deschisă, ce poate fi simbolică sau directă, cât și prin experimentarea de către copil a situației de joc în siguranță, într-o atmosferă permisivă.

#### • *Dramaterapia*

Dramaterapia este o formă de psihoterapie a copilului în care spontaneitatea jocului dramatic ca și intervențiile terapeutului ajută copilul să se exprime, să înțeleagă și să lucreze asupra conflictelor sale, să producă insight-ul și schimbarea. Prin utilizarea mijloacelor expresive cum ar fi păpuși, marionete, material senzorial, jucării care evocă imagini nonverbale și schematice, copiii cu tulburări sunt ajutați să ajungă la învoială cu dificultățile lor.

R.Gardner, creatorul „tehnicii povestirii mutuale” a observat cum în timpul povestirii, copiii doreau în mod spontan să gesticuleze, să intoneze, să joace anumite roluri și cum într-adevăr, dramatizarea sporește eficacitatea tehnicii.

El crede că terapeutul însuși trebuie să aibă libertatea de a se rostogoli pe podea, de a imita diferite animale etc. Terapeutul trebuie să poată juca mai multe roluri în același timp și să aibă capacitatea de a fi simultan actor, regizor, scenarist, coregraf.

Dramatizarea îmbogățește comunicarea terapeutică și poate servi la antrenarea copilului în tratament. În acest caz, importantă nu este transmiterea mesajului verbal, cât mai ales a stimulilor nonverbal (fizici, kinestezici, vizuali, tactili, olfactivi și uneori gustativi). „Astfel, expunerea multisenzorială sporește semnificativ șansele ca terapeutul să fie auzit și ajută ca mesajul să fie recepționat.” (Schattner, Courtney, 1981, pag. 211).

În dramele creative, copiii pot dezvolta o conștiință totală de sine-corp (prin mișcări corporale și expresie facială, simțuri, imaginație, intelect). Ei joacă părți din ei înșiși și pe măsură ce joacă devin mai conștienți de ei înșiși, mai implicați, mai reali. Activitatea jocului dramatic servește de asemenea să transmită ideile și fanteziile ascunse. În dramaterapia de tip gestaltist sunt prezente exercițiile de conștientizare senzorială, pantomima și la un nivel mai înalt improvizațiile dramatice în care intervine și limbajul verbal.

Se consideră că pantomima simplelor imagini senzoriale utilizând expresiile vocale și mișcările corpului în afara cuvintelor, intensifică conștientizarea senzorială. La un nivel mai complex pantomima poate implica exprimarea acțiunii și interacțiunii prin intermediul mișcării corporale, comunicarea sentimentelor și dispozițiilor, dezvoltarea personajelor, jucarea unei povești, totul în afara cuvintelor.

Copiii care au participat deja la mai multe experiențe pantomimice vor adăuga cu ușurință limbajul verbal în jocul dramatic.

Terapeutul poate observa cum își utilizează copilul corpul, observă rigiditatea sau ușurința mișcărilor. Vede astfel în mod clar încurcăturile copilului, arile în care dezvoltarea sa a rămas în urmă, nevoile sale.

Sunt importante, în aceeași măsură, atât procesul jocului dramatic, organizarea și desfășurarea sa, cât și conținutul ce reiese din joc.

La terminarea unor exerciții dramatice creative îl putem întreba pe copil despre ceea ce s-a întâmplat, ce a fost pentru el, ce simte el acum etc.

Violet Oaklander gândește însă că experiența în sine determină schimbarea, nu discuția. „Copilul experimentează diferite situații de joc, conștientizează diferite părți din ei, într-un mod ce poate fi dificil să-l exprime în cuvinte.” (op. cit., pag. 40)

Jocul de rol direct și inversarea rolurilor sunt tehnici dramatice ce pot fi utilizate în terapia copilului. În prima situație copilul se joacă pe sine (își joacă propriul rol) față de o altă persoană care joacă un alt rol.

În a doua situație, eroul dramei joacă rolul celui care i se opune în viața reală. Astfel se produce rapid și eficient conștientizarea, copilul se vede pe sine cu ochii altora și învață să se pună în situația altuia.

În gestaltterapie este prezentă tehnica scaunului gol. Ea a fost creată de Fritz Perls ca un mijloc de provocare a unei conștientizări importante și aduce mai multă claritate în munca terapeutică. Se lucrează atât asupra situațiilor

prezente, cât și a celor neterminate din trecut și a celor proiectate pentru viitor, toate fiind aduse „aici și acum”.

Pe scaunul gol pot fi puse diferite persoane din viața copilului, „părți” din personalitatea sa sau simboluri ale altcuiva. Tehnica scaunului gol este un ajutor în clarificarea unei sciziuni și polarități din personalitate, o clarificare care este esențială în procesul de centrare. Perls a creat jocul „câinele de jos” și „câinele de sus” și „părți” ale eului aflate în opoziție, prezentând și argumentând punctele lor de vedere.

Tehnica poate merge mai departe, pacientul proiectând în pozițiile 3, 4, 5 alte părți ale eului său. Astfel, aflat în poziția 3, el își comunică impresia pe care i-a făcut-o dialogul dintre pozițiile 1 și 2, ce gândește și simte despre situațiile create.

Cu cât înaintează în pozițiile 4, 5 și chiar 6 pacientul exprimă remarci și impresii ce sporesc în conștientizare și obiectivitate.

Acest exercițiu al metapозиțiilor nu numai că determină un echilibru interior mai bun, ci pune în valoare capacitatea imaginativă și oferă conștientizarea faptului că se poate aborda o problemă din multiple poziții, efectul imediat fiind activarea resurselor interioare.

În sistemul terapeutic al lui Perls se pune un accent important și pe analiza viselor, „diferitele părți ale visului nu sunt altceva decât părți ale personalității noastre”.

În general, visele servesc o varietate de funcții pentru copii. Ele pot fi expresia anxietății - lucruri care-i neliniștesc. Ele pot exprima sentimente pe care copilul se simte incapabil să le exprime în viața reală. Ele pot descrie dorințe, trebuințe, fantezii, întrebări și curiozități, atitudini.

În gestaltterapie scopul este de a-l ajuta pe copil să învețe despre el și despre viața sa prin intermediul viselor sale.

Copilul poate juca diferite „părți” din vis, poate angajeza un dialog sau poate descrie cadrul visului. Terapeutul trebuie să fie atent la respirația, postura, expresia facială, gesturile și inflexiunile vocii copilului. Însă el nu analizează și nu interpretează visul. Numai copilul singur poate deveni conștient de ceea ce visul încearcă să-i comunice.

Modalitățile artterapeutice pot fi combinate cu cele dramaterapeutice în cadrul demersului terapeutic.

Eleanor C. Irwin și Judith A. Rubin prezintă în cartea „Drama în Therapy” (1981, pag. 197) un experiment în care au introdus un număr de combinații de tehnici artterapeutice pentru a-i ajuta pe copii să-și pună în valoare fantezia. Astfel copiii trebuiau să creeze o poveste pornind de la un desen, după care să pună în scenă povestea. Altădată li s-a cerut copiilor să realizeze o lucrare artistică pornind de la o dramatizare.



În cadrul experimentului, un timp arta a fost folosită în interesul dramei și drama în interesul artei, în timp ce amândouă, arta și drama, au fost folosite în serviciul copilului, lărgindu-și aria mijloacelor de autoexprimare.

Concluzia la care au ajuns autorii a fost că „este artificial să se facă distincții, să se creeze bariere între cele două modalități terapeutice. Mai degrabă, pare natural și corect să permitem copiilor să-și urmeze propriile impulsuri pentru exprimarea de sine într-o varietate de moduri. Liberi, utilizând ambele modalități terapeutice, copiii se angajează într-un joc simbolic și fantezist de o intensă natură, care le este de ajutor în exteriorizarea și lucrul cu propriile dificultăți.” (op. cit. 1981, pag. 206)

#### • *Tehnici de mișcare și de dans*

Dacă copiii devin deconectați de la corpurile lor, ei își pierd simțul de sine și nu au acces la o mare parte din senzațiile fizice și la emoțiile lor. De aceea, este nevoie să utilizăm în terapie metode pentru a-i ajuta pe copii să-și cunoască corpul, să se simtă confortabil cu el, să se folosească de el într-un mod natural.

În terapie, mișcările corporale servesc unor scopuri variate: eliberarea de energie și tensiune, deblocarea emoțională, dezvoltarea sensibilității către sine și către alții, creșterea conștientizării corporale, dezvoltarea spontaneității.

Copiii cu insecuritate, anxioși, au blocaje la nivel corporal și o respirație superficială. În cazul lor exercițiile de mișcare se îmbină cu cele respiratorii prin care sunt învățați să respire profund, amplu.

Copiii hiperactivi nu au un sentiment de control al corpului lor. De aceea, exercițiile de mișcare corporală sunt foarte importante pentru ei.

Exemple de exerciții de mișcare:

1. Folosindu-ne de diferite tipuri de muzică, îi cerem copilului să își miște mai întâi fiecare parte a corpului și apoi corpul în ansamblu, să realizeze un dans al lui, care să-l reprezinte.

2. Îi sugerăm copilului să realizeze diferite tipuri de mers: să-și imagineze că merge pe gheață, pe nisip fierbinte, pe nisipuri mișcătoare, prin ploaie, pe iarba plină de rouă etc.

3. Copilul poate imita diferite animale: se mișcă ca ele, încearcă să se simtă ca ele.

4. Uneori putem să-i cerem copilului să exagereze o anumită mișcare sau gest și îl întrebăm ce mișcare particulară îi amintește sau ce-l face aceasta să simtă. Astfel, poate asocia respectivei mișcări situații din viața sa.

5. Știut fiind faptul că fiecare emoție are un contrapunct fizic (oricând suntem înspăimântați, furioși sau bucuroși, mușchii noștri reacționează într-un anumit fel), sunt utile exercițiile prin care îi cerem copilului să exprime corporal diferite emoții.

Se poate utiliza următoarea metodă (V.Oaklander, 1978, pag. 233):

„I se cere copilului să inventeze o poveste în care, de exemplu, i se întâmplă ceva unui copil și acesta devine apoi foarte mânios. Îi sugerăm să fie el acest copil din poveste, să se miște prin cameră pentru a-și exprima sentimentul de mânie și să realizeze un dans al mâniei.”

6. Jocul statuiilor poate fi utilizat cu succes într-un grup de copii, astfel:

a) un copil „îngheț” într-o statuie, iar un altul ghicește ce vrea să exprime statuia.

b) copiii se mișcă pe muzică și când muzica se oprește, „îngheață” într-o statuie și spun apoi ce emoție exprimă prin statuile lor.

### 1.3.3. Gestalt-terapia la copii

#### 1. *Integrarea polarităților prin metaforă și mișcare corporală*

Un copil este foarte îngrijorat de distorsiunile din el, cât și de distorsiunile celorlalți adulți pe care-i cunoaște. Orice copil este derutat atunci când simte ură, răutate față de persoana pe care, de fapt, o iubește. El este uimit atunci când o persoană pe care o considera curajoasă, puternică și protectoare se simte în anumite contexte situaționale slabă și neajutorată.

De asemenea, copilul începe să-și pună întrebări, începe să aibă probleme în a-și accepta anumite părți ale sinelui, pe care nu le place sau pe care părinții, și uneori profesorii, le critică. Orice admonestare, orice muștrare „sapă” un dezechilibru, o disonanță internă în personalitatea copilului, încă fragilă și nestructurată, față de care copilul nu are mecanisme de contracarare sau de neutralizare; pur și simplu nu știe cum să reacționeze, cum să-i facă față.

De exemplu, dacă părinții îl acuză de hedonism, în momentul în care preferă să se joace în loc să-i ajute la alte activități (gospodărești, de pildă) copilul se va întreba dacă nu cumva este egoist și leneș. El va încerca să „fugă” de aceste părți, lărgind prăpastia dintre eu-rile polare. Acesta este „drumul” către alienarea de sine.

O dezvoltare dinamică și sănătoasă a vieții presupune o integrare, o reconciliere, o sinteză a părților opuse, pozitive și negative, ale unei persoane.

În gestaltterapia copilului este bine ca și copilul să înțeleagă rolul și caracterul inerent al polarităților în personalitate. Părțile opuse pot fi reliefate în sentimentele pe care copiii le cunosc: dragoste/ură, tristețe/bucurie etc.

Există multe tehnici care se centrează pe aceste polarități. Amintim aici doar câteva dintre ele, deoarece ele au fost descrise mai sus.



## Desenul

I se cere copilului să deseneze anumite obiecte care produc bucurie, și altele care produc tristețe, sau să deseneze starea sa atunci când este relaxat și apoi atunci când se simte încordat, tensionat. Copiilor mai mari li se poate sugera să schițeze eul, sinele atunci când se simt slabi sau când se simt puternici.

## Modelajul

Copilul poate modela din plastilină sau din lut starea sa așa cum o vede el din interior, iar apoi așa cum crede că apare în fața celorlalți; aceasta este o modalitate adecvată pentru a descoperi discrepanța dintre cele două imagini, cea a sinelui interior și cea a sinelui exterior.

## Tema „stil școală”

Copilul, mai ales dacă este elev, poate realiza o reprezentare a părților sale oponente. În tehnicile de psihosinteză se găsesc multe metode de a ajuta clientul să-și identifice părți variate ale sinelui, metode numite subpersonalități.

Un astfel de exercițiu implică repetarea întrebării „Cine sunt?” și notarea fiecărui răspuns așa cum apare el. De exemplu, „Sunt un muncitor convins și conștiincios.”, „Sunt leneș”, „Mi-e teamă de înălțime”, „Sunt un bun înotător.”.

Examinarea acestor răspunsuri furnizează informații despre anumite părți ale unei persoane și reprezintă un punct de pornire spre explorarea sinelui.

Un alt exercițiu este desenarea unei plăcinte, care ulterior să fie împărțită în mai multe segmente; în fiecare segment este apoi trecut un cuvânt care reprezintă o parte a sinelui. Demersul poate continua cu un dialog dintre copil și fiecare parte a sa, pentru a clarifica cerințele, conflictele etc.

## Metafora

Rolul psihoterapeutic al metaforelor este cunoscut din cele mai vechi timpuri, utilitatea lor fiind incontestabilă, chiar dacă mecanismele profunde și complexe de acțiune a metaforei nu sunt bine elucidate. Metafora este una din căile de imersie în inconștient, de deconstructură și restructură profundă a personalității, de deblocare și activare a resurselor interioare. (I. Mitrofan, 1997)

Formele sub care se utilizează metaforele în psihoterapie sunt: afirmațiile cu caracter metaforic făcute de pacient, povestirile cu caracter

metaforic, producțiile imaginative, metaforice și acțiunile sau ritualurile metaforice.

De asemenea, metafora poate fi un mijloc de comunicare între terapeut și clientul său, cu atât mai mult dacă acesta este copil; și aceasta deoarece metafora este un veritabil liant, prin ea terapeutul și clientul se conectează afectiv, cu efect direct asupra implicării clientului în procesul terapeutic.

În lucrul cu copiii cel mai des se utilizează ritualurile metaforice, care rezultă dintr-o îmbinare a tehnicii jocului de rol cu realizarea de povești și povestiri metaforice, fie de către terapeut, fie de către copil (această ultimă situație fiind cea mai benefică). Copilul este stimulat și încurajat să intre în rolurile personajelor imaginate de sine, care nu sunt altceva decât părți ale personalității sale, de multe ori polare, care necesită concilierea și integrarea.

Deoarece copiii sunt mai sugestibili decât adulții, este bine ca, în stare de hipnoză, să se adopte tehnica povestirilor terapeutice metaforice, care îl va ajuta pe copil să-și recunoască problema și să găsească modalități rezolutive pentru ea.

În cazul copiilor, cea mai profitabilă este, deci, combinarea, într-o manieră creativă, a acestei tehnici valoroase cu alte tehnici psihoterapeutice. Totuși, având în vedere caracteristicile gândirii copilului (magică, animistă, predominant metaforică), este bine ca în terapie accentul să cadă pe metaforă.

## Mișcarea corporală

Mișcarea este considerată a fi unul din simțurile noastre. Pentru Lise Liepmann mișcarea sau percepția kinestezică reprezintă o senzație de atingere internalizată, este ceea ce simțim atunci când mușchii, tendoanele și articulațiile funcționează.

În general, modul în care stăm sau în care ne mișcăm, felul în care ne folosim corpul și îl îmbunătățim sunt subiecte importante atât pentru adult, cât și pentru copil, atât în psihoterapie, cât și dincolo de aceasta.

În ceea ce-l privește pe copil este evident că își folosește în totalitate corpul. Putem urmări cât de atent își examinează copilul mâinile și degetele și mai târziu, alte acte produse de corpul sau: ciupitul, aruncarea, scăparea, rotirea, rostogolirea. Atunci când copilul va dobândi o capacitate mai bună de a-și controla mișcările fine va apuca lucrurile cu degetul mare și cu cel arătător.

Copilul pare să dispună de o energie nelimitată și de posibilități motrice multiple, de aceea execută toate activitățile corporale cu mai multă preocupare și cu mai viu interes. Copiii sunt dintr-un anumit punct de vedere mai perseverenți decât adulții. Dacă apar probleme, nu renunță, vor încerca repetat până, în cele din urmă, vor avea succes.

Este posibil ca, la un moment dat, în copilărie să se întâmple ceva care să blocheze acest proces. Poate fi o boală, sau intervenția părinților, sau plânsul copilului frustrat în timp ce părintele nu știe ce să facă.

Se pot întâmpla multe lucruri care să restricționeze corpul unei persoane. Atunci când copilul intră la școală se dezvoltă spiritul competitiv, iar copilul se abține să mai facă ceea ce alții se așteaptă ca el să facă. De exemplu, se va abține să mai plângă și-și va contracta mușchii într-un anumit fel, își va strânge umerii, sau își va lăsa capul în jos pentru a se apăra de atacuri, de cuvinte sau pentru a-și ascunde manifestările corpului.

Deconectarea de corpul lui îl va face pe copil să piardă sensul sinelui, ca și puterea lui fizică și morală. (v. A.Lowen, "The Language of the Body", 1971)

De aceea acești copii trebuie ajutați să-și redobândească corpul, să-l cunoască, să se simtă bine cu el, să învețe să-l folosească.

Respirația este un aspect foarte important al conștientizării corpului. Teama, frica, emoția determină o respirație superficială. Spre deosebire de aceasta, respirația adâncă are efecte pozitive asupra părților corpului. Acest lucru se poate explica prin relația existentă între oxigen – anxietate - stare de excitație: cu cât o persoană este mai excitată cu atât are mai multă nevoie de oxigen. Respirația adâncă împrăștie anxietatea și face loc sentimentelor plăcute.

De asemenea, jocul este foarte important, pentru că modul de manifestare corporală din timpul jocului dezvoltă aspecte ale personalității.

Fiecare emoție se asociază cu o mișcare corporală. Astfel se explică relația dintre afectivitate și motricitate. De multe ori ne abținem în a ne manifesta natural, iar dacă această „ținere în chingi” se repetă, în timp vor apărea tulburări emoționale.

Copiii învață funcționarea mușchilor lor în momentul în care sunt puși să-și exprime emoțiile. De asemenea, aceasta este o cale pentru a descoperi alte modalități de a se exterioriza, dar și de a învăța să-și nuanțeze exprimările emoționale.

Există multe modalități prin care un copil poate fi convins să-și exprime trăirile emoționale. Un exemplu este realizarea unei povestioare în care unui copil i se întâmplă ceva rău, care-l enervează foarte tare, după care i se spune copilului: „Fii acel copil! Arată-mi cum ești tu supărat! Inventează un dans nervos!”.

Conștientizarea, înțelegerea și acceptarea părților sinelui permit o întărire a sinelui și o mai mare autodeterminare.

## 2. Specificul relației terapeutice în psihoterapia copilului

Din punct de vedere al activității predominante și specifice, vârsta copilăriei este vârsta jocului, cu tot ceea ce are ea caracteristic. Faptul că un antepreșcolar preferă să se joace mai mult cu adultul, că un preșcolar mic caută copii de vârsta sa, îmbogățindu-și jocul cu obiecte a căror întrebuințare este o continuă surpriză, indiferent dacă este joc individual, în diadă sau în grup, dincolo de caracteristica sa (jocuri cu roluri, sau cu jucării sofisticate, jocuri cu reguli, sau în care „regula” este spontaneitatea), jocul este pentru copil **sursa și resursa energetică**.

Jucându-se, copilul află cine este el, cine sunt ceilalți, învață să diferențieze în interiorul său, să se experimenteze pe sine, să exploreze, să decanteze experiențele și să le unifice prin găsirea unor puncte comune. Prin joc copilul se construiește pe sine.

Jocul este „oglinda” vieții interioare, psihice a copilului. Așa cum în unele terapii accentul cade pe verbalizare, ca activitate transformatoare, tot așa în terapia copilului jocul este mijloc de imersie în lumea lui, este modalitatea de delimitare a cadrului comun, a relației terapeut-client (copil), dar mai ales este forța restructurării și programării în sens evolutiv.

În orice om există un copil, copilul care a fost efectiv, care a trăit și care continuă să ne îmbogățească în viața adultă. În psihologia vârstelor se vorbește despre „adultizarea copilului”, ca fiind o tendință cu conotații negative. Poate ar trebui să vorbim și despre „infantilizarea adultului”, de această dată cu conotații pozitive: tendința de a coborî în noi înșine și a pași către copilul din noi, așa cum este el, cu nevoi, cu temeri, dar și cu dorințe, cu resurse, cu naturalețe.

Maturizarea nu înseamnă asfixierea copilului din noi, nici ascunderea lui, nici fuga de el. Maturizarea începe prin a stabili un contact sănătos și real cu copilul din noi. Ea implică dezbrăcarea pentru un timp a veșmântului prea scortșos, uneori, al adultului și mișcarea liberă în veșmântul lejer și degajat al copilului. Întoarcerea spre copilul din noi, contactul cu el pentru pacifizare și reunificare, dar și revenirea la noi înșine este un proces la care majoritatea renunță, fiecare din alte motive: de la lipsa de timp până la lipsa de interes față de propria persoană și personalitate. (v. I.Mitrofan, „Terapia unificării”, 2000)

Pentru a intra în contact cu un copil trebuie să-i oferi o oglindă a sa, să lași copilul din tine să se împrietenească cu el, pentru că după cum știm, doi copii interacționează mult mai sincer, mai deschis, și mai natural, chiar dacă s-au cunoscut în urmă cu două secunde. Trebuie să-ți lași copilul se se comporte liber, așa cum își dorește el, așa cum de la el ar trebui să luăm exemplu. Aceasta este singura modalitate de a intra și de a te menține în cadrul copilului, în lumea sa.

Rămânând în același spațiu metaforic al „oglinzii” și al „oglindirii” putem spune că terapeutul îi oferă clientului său o oglindă, asistându-l în demersul său de autoexplorare, premisă a transformării. În cazul în care clientul este un copil, oglinda terapeutului, ca adult, este inadecvată, ca dimensiuni, ca strălucire, este altceva. Clientul așteaptă să se vadă într-o oglindă potrivită cu sine, iar pentru clientul-copil „oglindea” este copilul-terapeut.

Copilul are **cadrul său**, lumea sa, universul său, în care el a investit și care este valoros pentru el. Schimbarea în terapia copilului trebuie inițiată și pregătită din interiorul cadrului copilului. Acesta este primul pas.

Odată ce ai pătruns în lumea lui trebuie să fii la fel ca el. Spiritul deschis și sincer al copilului posedă un „simț olfactiv” care îl ajută să-și dea seama dacă vrei să-i impui sau să-l evaluezi, dacă ești sincer sau dacă simulezi. Și acest lucru poate chiar mai repede decât un adult. Nu numai că va ști, dar va reacționa în consecință, pentru că sinceritatea este o caracteristică a vârstelor mici. Orice atitudine lipsită de autenticitate atrage după sine o expulzare imediată, uneori iremediabilă, din lumea lui.

Logica lui, cognitivă sau sentimentală, este una foarte specială pentru că este foarte vie, colorată, neobișnuită, fascinantă. Cadrul copilului trebuie nu numai acceptat, dar mai ales valorizat, pentru că în el se află „sâmburele” responsivității terapeutice și al eficienței terapiei.

Contactul dintre copilul din noi și cadrul copilului din fața noastră devine pilonul principal al procesului terapeutic, pentru că metoda și tehnicile terapeutice se sprijină pe canalul energetic stabilit între client și terapeut, și fără de care metoda și tehnica sunt inerte.

Intrarea în lumea lui înseamnă a-i prelua „elemente” din inflexiunile vocii, din expresivitatea corporală și mimică, din spiritul ludic, din trăirea emoțională. Acestea sunt în strânsă conexiune cu cele mai profunde resurse ale personalității, dar și cu conflictele sale. Odată preluate, acestea vor fi convertite în energie transformatoare și-i va fi transmisă înapoi copilului pentru a-și construi propria sa reconversie. **Contactul real, adânc și firesc cu copilul este cel care dă forță tehnicii terapeutice.**

Când lucrezi cu copiii, dintr-o dată totul este posibil, te afli într-un vulcan metaforic care poate erupe oricând. Dar lava lui este foarte prețioasă, pentru că te ghidează în demersul terapeutic. Spiritul ludic al copilului și al terapeutului leagă, unifică, într-o dublă direcție: terapeutul cu copilul, dar mai ales copilul cu sine însuși.

## CAPITOLUL II Incursiune în universul simptomatologic și psihoterapeutic al copiilor. Studii de caz.

Experiența noastră ne-a condus la câteva observații relevante pe cazuri clinice în care am aplicat tehnici de psihoterapie expresivă și gestaltterapie (E.O.Vladislav, 1996-1997, 2000).

În primul rând, ne-au interesat motivele pentru care copilul este îndrumat spre psihoterapie.

Copiii aflându-se aproape întotdeauna într-o poziție de strictă dependență față de părinți, școală sau autorități, nu se prezintă spontan la consultații, ci sunt aduși de către alții, în urma unui șir de incidente, conflicte latente sau manifeste. Puțini părinți solicită ajutor psihologic pentru copiii lor în cazul în care aceștia prezintă ușoare elemente simptomatice în comportament. Cei mai mulți se îndreaptă spre cabinetul de psihoterapie atunci când situația începe să fie foarte dificilă, uneori insuportabilă, atât pentru copii, cât și pentru părinți. Chiar dacă părinții nu sunt direct afectați de comportamentul copilului, ei trăiesc disconfort, anxietate sau simt că trebuie să facă ceva în această privință.

Uneori părinții își aduc copiii la terapie pentru că aceștia au suferit incidente traumatice (abuz, molestare, accident, moartea sau îmbolnăvirea cuiva drag) și doresc să fie siguri că sentimentele trăite de către copii nu-i vor copleși și nu vor avea efect negativ pe termen lung.

Cei care îndrumă adesea copiii spre psihoterapie sunt medicii care selectează cazurile ce au nevoie de ajutor psihologic.

Doar în mod ocazional copiii se adresează ei înșiși psihologului și ei sunt mai ales adolescenți.

Din interviul preliminar, atât cu părinții, cât și cu copilul și din evaluarea psihologică am desprins obiectivele demersului terapeutic. Tehnicile expresive folosite în procesul terapeutic relevă permanent noi informații cu privire la pacient. De aceea, obiectivele se pot modifica pe parcursul procesului terapeutic.

Inițial, am desprins trei tipuri de obiective:

- din perspectiva părintelui;
- din perspectiva copilului;
- din perspectiva terapeutului.

În integrarea și aprecierea informațiilor despre tulburarea copilului, am ținut cont de remarcă lui L.Kanner că diverse manifestări „anormale” descrise

de către părinți în plângerile lor, nu reprezintă de fapt simptome strict obiective pe care trebuie să le luăm ca atare, ci descrieri încărcate de un mare grad de subiectivitate. Manifestări ca obrăznicia, irascibilitatea, agresivitatea și nesupunerea nu reprezintă întotdeauna veritabile manifestări dizarmonice ale copilului, ele sunt de cele mai multe ori expresia unei relații necorespunzătoare între părinți și copil.

De aceea, expectațiile și dorințele părinților constituie doar o parte a obiectivelor procesului terapeutic.

Pentru copii, aducerea la cabinet semnifică de cele mai multe ori un moment de mare tensiune, de criză, ei fiind prezentați ca „vinovați” în fața autorității. Această poziție de dependență, de inferioritate, de culpabilitate și teama de măsuri neplăcute generează o serie de manifestări de intensitate variabilă cum ar fi plânsul, refugiul în tăcere, aroganța sau conformismul exagerat.

A fost necesar să creăm o atmosferă caldă, empatică, în care i-am ajutat pe copii să-și expună problema din punctul lor de vedere, să-și exprime sentimentele, gândurile și credințele față de această situație. Printr-un dialog cald, suportiv și prietenos, în care copilul simte că este acceptat și valorizat, se desprind obiectivele terapiei, așa cum apar ele din perspectiva copilului.

Știut fiind faptul că terapia psihologică presupune existența relației între terapeut și client, a fost necesar ca din dialog să reiasă scopurile și obiectivele comune care să ghideze întâlnirile terapeutice dintre mine și copil.

Obiectivele terapeutice din perspectiva noastră ca terapeuți au decurs pe de o parte din poziția teoretică pe care ne situăm și pe de altă parte, din analiza datelor obținute din anamneză, interviul preliminar și diagnosticul psihologic. Am constatat că între cele trei tipuri de obiective există grade diferite de apropiere și depărtare, ele tinzând să se apropie din ce în ce mai mult pe măsură ce se avansează în procesul terapeutic.

În studiile de caz de mai jos prezentăm strategia și demersul terapeutic, motivând alegerea diferitelor tehnici, precum și efectele obținute, ilustrând cu secvențe din dialoguri și desene ale copilului.

Secvența finală a studiului de caz va fi acordată discutării câștigurilor terapeutice. Se poate vorbi de efecte de suprafață, direct observabile și manifeste în comportamentul copilului și efecte de profunzime cu acțiune latentă, la nivelul dezvoltării personalității acestuia și care se instalează abia după un oarecare interval de la sfârșitul curei terapeutice.

Principalul câștig, înregistrat în toate cazurile clinice asistate, este îmbunătățirea capacității de exprimare și conștientizare a trăirilor interioare, câștig implicat chiar de folosirea tehnicilor expresive și gestaltiste, din perspectiva terapiei experiențiale a unificării (I.Mitrofan, 1999, 2000).

## II.1. Andrei – un tic vocal sau tuse psihogenă

Andrei are 9 ani, este în clasa a III-a și a fost adus la cabinet de către mama lui din cauza unui tic ce apărea ca o tuse deranjantă pentru el și pentru cei din jurul lui (familie și colegi de școală).

Acest tic apăruse în urmă cu două luni după o răceală și nu a fost descoperită nici o cauză somatică în urma analizelor.

Din anamneză reiese că părinții au divorțat în urmă cu trei ani, Andrei asistând la multe certuri dure între părinți. Tatăl era alcoolic și își molesta soția. În prezent părinții sunt iarăși în proces pentru că tatăl îl pretinde pe Andrei.

Băiatul este foarte speriat de perspectiva de a locui cu tatăl său și trăiește momente de panică ori de câte ori acesta dă telefon.

Andrei mai are o soră mai mică cu trei ani pe care nu o poate suferi pentru că i se pare că seamănă fizic cu tatăl. Copiii sunt în permanent conflict și mama are tendința de a-l proteja mai ales pe băiat pentru că este „bolnav”.

În interviul preliminar, Andrei mi-a spus că el tușește ca să-și dreagă vocea. Simte o presiune în gât care-l apasă și atunci nu mai poate vorbi. El uită ce a vrut să spună înainte să apară tusea și spune, adesea, anumite lucruri „când nu trebuie”.

El are tendința de a vorbi încet și prezintă unele dificultăți de exprimare și de comunicare.

La școală are rezultate bune, fiind un copil cu intelect peste medie și silitor.

Din „desenul omului” reiese că este fixat pe mamă și pe trecut, este introvertit, egocentric, activ și imaginativ. Desenul mai indică și tendința de a fi impulsiv, nevoia excesivă de securitate afectivă și nevoia unui suport solid.

Un prim obiectiv al demersului terapeutic, ținând cont de situația familială tensională ce nu poate fi încă rezolvată, a fost acela de a-l ajuta pe Andrei, prin tehnici expresive, să-și exprime sentimentele și poziția sa față de tic, iar prin lucrul imaginativ pe metaforă și simbol am intenționat să-l ajut să se deschidă spre noi căi de rezolvare a conflictului interior.

În prima sesiune l-am rugat să-și deseneze simptomul, motivul pentru care i-a apărut, cum apare gâtul lui atunci când are tusea și cum apare atunci când aceasta va dispărea, precum și cine îl ajută să scape de tensiunea din gât.

A desenat o pată galbenă ca o floare cu cinci petale care spune că îi acoperă corzile vocale atunci când apare tusea. Simptomul este provocat de două mâini de bărbat, care-i blochează gâtul și nu-l lasă să vorbească. Cea care îi vine în ajutor este o mână bună care se luptă cu mâinile (și ea îl scapă pe Andrei de tensiunea din gât). (v. note - desenul 1)

Am folosit o tehnică de fantazare rugându-l pe copil să închidă ochii, să intre în spațiul său interior și să-și imagineze lupta dintre cele trei mâini. El descrie foarte implicat și nuanțat această bătălie și spune că mâinile rele sunt închise într-un pătrat în interiorul gâtului (camerele lor) și prin faptul că trag de colțurile pătratului se formează simptomul.

I-am sugerat să-și imagineze o lumină albă care vine și mângâie mușchii gâtului ajutându-i să se destindă. Aceasta vine în ajutorul mâinii bune.

După ce și-a imaginat acest lucru, băiatul a semnalat apariția unor „lumini negre” pe care l-am sfătuit să le ignore.

Întrebându-l ce s-ar întâmpla dacă ar învinge mâinile cele rele, Andrei mi-a spus că el ar mai putea să vorbească foarte puțin, dar el crede că o să învingă mâna cea bună în final.

L-am rugat să le întrebe pe mâinile cele rele dacă au ceva împotriva să-l ajut pe Andrei să se vindece. După un moment de tăcere, el mi-a răspuns că acestea sunt indiferente față de orice intervenție din afară și stau închise în camerele lor. Însă mâna bună vrea să o ajut. Ea are nevoie de ajutor pentru a învinge.

În continuare, folosind tehnica fantazării, Andrei a reprodus o nouă discuție între cele două tipuri de mâini. Din dialogul lor au reieșit următoarele idei:

- mâinile rele au apărut prima oară după o răceală, dar le-a mai simțit când făcea tatăl său scandal în casă;
- mâinile rele nu doresc să-l lase pe Andrei să se vindece, ele vor să-l determine să nu mai poată vorbi;
- presiunea din gât este un pătrat care ar vrea să închidă mâna cea bună.

După ce l-am pus să-și imagineze lumina albă ce-i detensionează gâtul, Andrei a declarat că mâinile rele ar putea deveni și bune.

Am considerat această idee de transformare ca un prognostic bun pentru terapie.

În următoarea sesiune mi-a spus că nu mai tușește așa de des, ci mai mult își dregă vocea. Are dese conflicte cu sora mai mică. Bunica spune că Andrei plânge din orice.

Legat de „lucrul pe metaforă”, copilul mi-a spus că nu mai simte mâinile așa puternic pe gât.

Sesiunea aceasta nu am mai lucrat cu imaginarea luminii albe, și am mers pe ideea transformării mâinilor.

Terapeut: „Imaginează-ți cum mâinile rele devin ușoare, foarte ușoare, se îndepărtează de gâtul tău ca niște aripi de culoare gri deschis, se îndepărtează din ce în ce mai mult până dispar.”

Am ales această culoare pentru că se știe că are efect sedativ.

L-am sfătuit să folosească acest exercițiu al îndepărtării mâinilor de gât ori de câte ori simte vreo presiune în gât și vrea să-și „dreagă” vocea.

Apoi am realizat împreună un desen prin tehnica cooperării și l-am rugat pe Andrei să realizeze o poveste plecând de la acest desen. A numit-o „Povestea animalelor”.

Pe scurt, povestea era despre o rățușcă pe care o urmărea un lup ce vroia să o mănânce. A salvat-o însă un rățoi. În final, rățușca a scăpat ușor vătămată (câteva pene rupte) din ghearele lupului și s-a ales și cu un prieten.

Andrei a dovedit că are imaginație și simțul umorului și găsește soluții de rezolvare la situații conflictuale.

În sesiunea următoare, Andrei a elaborat o nouă poveste după un desen realizat prin tehnica cooperării, care se numea „Copilul și măseaua”.

Aici copilul nu vroia să meargă la dentist, însă l-a dus tatăl lui cu forța și totul s-a sfârșit cu bine.

Am lucrat din nou exercițiul imaginativ cu mâinile ce se depărtează de gât și tehnica hașurării, prin care l-am pus pe Andrei să-și imagineze că odată cu linia trasă cu creionul pe foaie se eliberează de tensiunea din gât care se scurge prin mână până în vârful creionului. A simțit cum, pe măsură ce hașurează, gâtul său devine din ce în ce mai degajat și detensionat.

I-am spus să facă acest exercițiu de hașurare ori de câte ori îi vine să-și dreagă vocea.

În sesiunea următoare își simte gâtul liber, degajat și își dregă vocea din când în când. A făcut un desen care reprezintă această situație (v. note - desenul 3).

I-am spus să deseneze patru copaci: unul fericit, unul trist, nemulțumit, altul speriat și în sfârșit unul mulțumit (v. note - desenele 4, 5, 6 și 7).

Am realizat apoi împreună un joc expresiv de identificare cu copacul.

Notez în continuare elemente din dialog:

Terapeut: „Fii un copac fericit. Ce simți?”

Andrei: „Am fructe, frunze.”

T: „Fii acum un copac trist. Ce simți?”

A: „Sunt singur, mai uscat, nu am frunze și fructe.”

T: „Ce simți când ești un copac speriat?”

A: „Copacul e speriat de vânt, pentru că nu a mai văzut vânt până acum. Mi-e frică, frig, mă simt rău.”

T: „Dar un copac nemulțumit ce simte?”

A: „E nemulțumit de roadele lui care sunt stricate!”

T: „Și copacul mulțumit ce simte?”

A: „I s-au copt roadele.”

T: „Bun. Acum fii din nou copacul bucuros. Imaginează-ți că vine furtuna. Ce simte copacul?”

A: „Este foarte supărat și îi e teamă, se îndoie din cauza vântului.” (Face gesturi de îndoire și se mișcă din mâini și din trunchi.)

T: „Să ne imaginăm că trece furtuna acum. Ce simte copacul?”

A: „Este speriat și trist că are impresia că ceilalți copaci din familia lui au fost doborâți.”

T: „Uită te în jurul tău și caută-ți familia. Ce simte copacul?”

A: „Se înveseleşte treptat pe măsură ce îi vede pe ceilalți din familia lui.”

Prin acest joc expresiv de fantazare și mișcare am urmărit să-l determin pe Andrei să exprime diferite stări afective și să treacă, la nivel metaforic, prin procesul de îmbolnăvire și vindecare. Am pus în evidență sprijinul pe care i-l oferă membrii familiei, care nu vor să-l părăsească. Andrei încă se mai temea că tatăl va câștiga procesul și-l va lua de lângă mama lui.

Într-o altă sesiune a desenat o familie. Membrii familiei erau: un băiat de 20 de ani, mama și tata (v. note - desenul 8).

A realizat apoi o povestire după desen pe care o redau mai jos pentru că mi se pare semnificativă pentru modul cum apar sentimentele lui Andrei față de membrii familiei sale.

A: „Cei trei sunt pe stradă și mașinile vin să-i calce. Ei sunt speriați de moarte. Mașina îi calcă. Cel mai rău îl lovește pe tată care este speriat cel mai tare. El nu scapă. Pe ceilalți doi nu-i lovește mașina.

Și băiatul, și mama se simt liberi, parcă ar fi ieșit dintr-o cușcă. Ei pleacă acasă și pe tată îl lasă pe stradă călcat de mașină. Ei se uită la TV. Au pus pe cineva să înregistreze cum a murit tata și se uită la casetă. Cel de la volan nu o să fie pedepsit. A plecat de la locul faptei și nu mai este de găsit.

Băiatul nu mai avea frați sau surori. Nu-i plăcea să aibă nici o soră și nici un frate. Abia a scăpat de un nebun și nu mai vroia un alt nebun. Vrea să fie singur. E mai fericit așa. Vrea ca mama să-l iubească numai pe el.”

T: „Ce s-ar întâmpla dacă ar avea un frate sau o soră?”

A: „Mama nu l-ar mai iubi. L-ar iubi numai pe cel mic. Pe tată îl înmormântează. Copilul și mama sunt fericiți.”

I-am dat ca temă pentru acasă să continue exercițiul de degajare a gâtului și să realizeze printre colegii lui de clasă un „reportaj” cu titlul: „De ce este bine să ai frați?”, pe care să-l discutăm ședința viitoare. Nu s-a arătat prea entuziasmat, dar a acceptat ideea.

Într-o altă sesiune i-am indus o stare de relaxare profundă. A lucrat și tehnica „oglinzilor paralele” de origine NLP.

I-am spus să-și imagineze că este așezat pe un scaun și are în față și în spate câte o oglindă. Privind oglinda din spate el se vede pe sine dregându-și

vocea și stresat. L-am pus să-și imagineze că respectiva imagine devine tot mai ștearsă, mai estompată, mai lipsită de culoare, tot mai mică și se depărtează tot mai mult.

Apoi își imaginează că privește în oglinda din față unde apare imaginea dorită: nu-și mai dreg vocea, nu mai simte tensiune și nervozitate. Această imagine devenea tot mai mare, mai colorată și mai strălucitoare și în final el se identifică cu această imagine.

I-am sugerat, după ce a revenit din relaxare, să facă exercițiul celor două oglinzi, de 2-3 ori pe zi, timp de două săptămâni. Am urmărit astfel să lucrez direct pe dispariția simptomului care mi s-a părut că putea fi privit și ca un comportament învățat și întărit.

Nu am mai continuat lucrul pe metaforă.

Mâinile rele au dispărut. Andrei mai simte încă tensiune și greutate în gât, parcă mâinile ar fi lăsat-o acolo, „ca o flegmă”.

Ultima sesiune a fost după vacanța de vară. Mi-a povestit foarte volubil cum a petrecut, pe unde a fost și nu și-a dres vocea niciodată în cabinet.

Mama mi-a spus că îi mai revine ticul atunci când este pus să-și facă temele.

Deoarece am simțit că progresul terapeutic a atins un plafon, și cum ticul nu mai era deranjant și se diminuase mult și avea pe de altă parte și un efect secundar de a atrage și afecțiunea mamei, am încheiat aici demersul terapeutic, urmând să revină la cabinet după o perioadă de timp mai îndelungată.

#### Concluzii:

În cazul lui Andrei, procesul terapeutic a decurs pe o perioadă de aproape 5 luni și a cuprins în special lucrul pe metaforă și simbol, tehnici de expresivitate prin desen și povestire.

Problema cu care venise inițial la cabinet s-a diminuat considerabil, însă nu a dispărut complet, datorită stresului generat de procesul părinților.

Câștigurile terapeutice constau într-o mai bună capacitate de exprimare și comunicare, detensionare și scădere a anxietății și a stării de nervozitate.

## II.2. George – un caz cu balbism

George are 14 ani, este în clasa a VIII-a și are balbism tonicoclonic. Urmează tratamentul logopedic de două luni. Balbismul s-a accentuat în ultimul an și tot în această perioadă de timp au apărut și mișcări din cap disconfortabile, prezente în momentele în care nu poate pronunța anumite cuvinte mai grele. Când nu poate să pronunțe un anumit cuvânt, băiatul se



blochează, întră în panică și recurge la semne cu mâinile pentru ca să comunice cu ceilalți.

George se bâlbâie mai puternic atunci când are emoții, este nervos sau prea obosit. Are tendința să vorbească prea repede.

El este inteligent, comunicativ, prezintă o ușoară anxietate de a vorbi în public și este motivat pentru terapie.

Atât tatăl, cât și bunicul din partea tatălui sunt balbici.

Mama are față de băiat o atitudine criticistă, hiperprotectoare și este foarte cicalitoare.

În schimb, relațiile cu tatăl și sora mai mare sunt bune, bazate pe înțelegere.

Obiectivele demersului terapeutic, acceptate atât de către părinți, cât și de copil au fost următoarele: reducerea nivelului de anxietate, eliminarea mișcărilor capului și antrenarea de a vorbi mai calm și mai controlat.

Demersul terapeutic a inclus în special tehnici de relaxare și pentru reducerea anxietății am utilizat tehnica imaginației dirijate, tehnici gestaltiste de conștientizare și lucrul cu metafora. În timpul relaxării, George a vorbit cu voce tare pentru a asocia vorbirea rară, clară, cu starea de calm și relaxare.

Notez în continuare însemnări din ședințele mai importante, din lumina progresului terapeutic.

În prima sesiune i-am indus o stare de relaxare profundă, cu imaginea unui loc în care se simte bine, relaxat, calm.

**Terapeut:** „Describe tot ceea ce vezi, auzi și simți.”

**George:** „Stau pe zăpadă. O simt rece, primitoare. Văd telecabina deasupra mea, schiori ce coboară pârția. Este la Poiana Brașov ... Încep să cobor și eu, întâlnesc un hop, îmi sare un schi din picior.”

**T:** „Ce simți acum?”

**G:** „Mă sperii și mi-e frică. Apoi recuperez schiul și cobor iar.”

Am punctat siguranța de sine și controlul de care a dat dovadă pentru a-și recupera schiul.

George descrie cum ajunge jos ultimul. Colegii lui vor să mai facă o tură. El nu mai vrea, simte teamă și de atunci îi este teamă de schi.

L-am pus să trăiască din nou coborârea „acum și aici” și să descrie ce simte când i se desprinde schiul.

**G:** „Simt groază, frică.” (*Pulsul i se accelerează, retrăiește situația în mod autentic.*)

**T:** „Din ce cauză s-a desprins?”

**G:** „Legătura nu era bine prinsă.”

**T:** „Oricui i se poate întâmpla să nu aibă legătura la schi bine prinsă. Nu este vina ta. Ce s-a întâmplat mai departe?”

**G:** „Prind schiul din mers, îl fixează pe picior.”

**T:** „Auzi legătura cum se prinde de picior. Cum te simți?”

**G:** „Bine.”

**T:** „Ai dat dovadă de siguranță de sine, curaj și control. Poți să fii mulțumit de acest lucru. Cum simți schiul în piciorul tău?”

**G:** „Îl simt sigur.”

**T:** „Te simți sigur pe picioarele tale, încrezător, mulțumit ... Descrie-mi mai departe.”

**G:** „Cobor cu o viteză foarte mare, îi întrec pe colegii mei. Ajung primul jos. Colegii mei mă felicită pentru modul cum am reușit să-mi recuperez schiul și mă roagă să-i învăț și pe ei.”

**T:** „Îi înveți și pe ei?”

**G:** „Vreau să fie secretul meu. Vreau să fiu cel mai bun.”

**T:** „Cum te simți acum?”

**G:** „Fericit, mândru de mine.”

**T:** „Urcă din nou cu teleschiul și coboară panta din nou.”

**G:** „Am urcat. Încep să cobor. Ajung la hop. Nu-mi mai este frică. Îl trec, ajung cu bine jos. Mă simt fericit.”

**T:** „Trăiește această stare de fericire și simte-o cu întregul corp.”

**G:** *Ostează, se vede mulțumirea pe fața sa.*

În continuare, George a mai descris încă două situații imaginare din care a reieșit: neîncrederea în sine, dorința de a fi cel mai bun, rezolvarea imaginară a unor frustrații din viața reală, dorința de a i se acorda considerație de către colegi. Timp de o oră, cât a durat relaxarea, bâlbâiala a dispărut complet.

În următoarea sesiune, George a afirmat că se bâlbâie mai tare și în situațiile în care se ceartă cu anumiți colegi. Atunci se simte neajutorat.

În stare de relaxare, l-am rugat să aducă în prezent o situație conflictuală cu colegii.

Mi-a descris o situație din clasa a VII-a.

L-am rugat apoi să descrie situația din nou, cu mai multe amănunte, să vorbească la timpul prezent și să spună de fiecare dată ce simte.

După ce mi-a descris mai amănunțit ceea ce s-a întâmplat, dialogul a urmat astfel:

**Terapeut:** „Acum retrăiește situația pas cu pas, dar așa cum ai vrea tu în momentul acesta să se întâmple. Este normal pentru George cel de atunci să simtă ură și mânie pentru colegul lui, dar nu și pentru George cel de acum.

Îl rog pe George cel de acum să-i transmită lui George cel din clasa a VII-a cum să retrăiască evenimentele pentru a avea un efect pozitiv asupra lui.”

**George:** „Merg la banca prietenului meu. Îl întreb de teme. Nu și le făcuse; ca de obicei. Mă împinge în glumă. Noi glumim așa des. Nu mă supăr. Intru în

colegul meu ce se află la cuier, care se lovește de niște haine. Mă împinge și el ușor. Nu mă lovesc de bancă. Îi cer scuze pentru că l-am lovit.

El spune că mă iartă, dar să nu se mai întâmple altă dată. Colegul îmi zâmbește în timpul orei. Îi zâmbesc și eu. În pauză vorbim ca niște prieteni. Mă simt fericit."

După revenirea din relaxare:

G: „Măine mă împac cu prietenul meu."

Adaug aici că după cearta din clasa a VII-a, George nu mai vorbise cu colegul lui de clasă.

Am urmărit prin acest dialog de factură gestaltistă recuperarea energiei blocate de nerezolvarea acestui conflict din trecutul pacientului.

În următoarea sesiune, am introdus lucrul pe metaforă.

În starea de relaxare, George și-a imaginat că este la munte și se simte relaxat, fericit.

**Terapeut:** „Observă că în dreapta ta este o pantă de munte pe care știi că trebuie să o urci. Acest versant este drumul vindecării tale. Descrie cum urci această pantă și ce simți."

**George:** „Îmi pregătesc instrumentele de escaladare. Bat două piroane în stâncă, mă agăț de ele și încep să urc. Uneori îmi mai alunecă piciorul, dar îmi revin, merg mai departe... Când bat un piron, cade piatra în jos..."

*Îl încurajez să remedieze situația și să urce și mai sus.*

G: „Când mai am o treime până în vârf nu mai pot să urc, intru în panică."

Observ acum că începe să se bâlbâie și i se accelerează pulsul.

T: „Încearcă să depășești această stare de panică. Strânge coarda mai bine pe lângă tine, caută să-ți găsești o poziție mai sigură și mai comodă și după ce te afli în siguranță, privește în jurul tău și observă ce anume te sperie."

G: „În jos e abrupt și o parte din mine nu mă lasă să merg mai departe, iar o altă parte din mine vrea să urc."

T: „Întreb-o pe acea parte din tine ce nu te lasă să mergi mai departe de ce vrea acest lucru."

G: „Îi este teamă că am să cad."

T: „Cine este acea parte din tine?"

G: „Este formată din toate incidentele din viața mea pe care le mai țin minte sau pe care le-am uitat."

T: „Să înțeleg că această parte se teme de un nou eșec?"

G: „Da."

T: „Din cele ce mi-ai spus am înțeles că în tine se află o parte care este formată din toate incidentele din viața ta urmate de un eșec și care vrea să te protejeze de un nou eșec și s-o numim Apărătoarea, și o parte care vrea să învingi, partea Vindecătoare, care te îndeamnă, te susține să mergi mai departe. Amândouă îți vor binele, fiecare în felul său. În tine mai există o parte Creativă, care

răspunde de găsirea de noi soluții la situația problematică în care te afli tu acum.

Te rog să le inviți pe cele trei părți din tine în subconștient și roagă-le să negocieze o soluție la situația problematică în care te afli, care să le convină tuturor. După ce au găsit soluția, s-o transmită minții tale conștiente care s-o pună în aplicare."

G: „Cele trei părți au găsit soluția să merg mai departe și chiar dacă alunec, să încep să urc din nou, până ajung în vârful pantei."

T: „Ce simți acum când ai ajuns în vârf?"

G: „Fericire. Mă simt un învingător."

T: „Trăiește starea de fericire și fii conștient de calitățile pe care ți le-ai pus în evidență în acest urcuș: perseverență, curaj, încredere în tine, dorința de a te vindeca și ele vor fi ca niște resurse care te vor susține în evenimentele din viața de zi cu zi."

Și în această sesiune, George a lucrat metaforic asupra fricii sale, reușind să se elibereze de ea.

În următoarea sesiune, am revenit, în timpul relaxării, la imaginea pantei de munte.

George mi-a relatat că vârful muntelui este mai jos, mai mic decât prima oară.

I-am spus să descrie urcușul și să-mi comunice ceea ce simte.

El se implică în fantazare, descrie cum se trage de rădăcinile plantelor și trăiește fericire, simte vindecarea foarte aproape.

I-am spus să retrăiască impasul pentru că mai are de învățat ceva din acest eveniment și să personifice cele două părți care i-au apărut în ședința anterioară.

Partea ce vrea să urce este „un tânăr de 18 ani care mă încurajează să urc și să continui drumul. Acesta vorbește perfect și sunt eu la 18 ani."

Partea care îl trage în jos este un copil de 11 ani „care îmi zice să mă duc înapoi că voi da greș, să nu fie un alt eșec. Sunt tot eu la 11 ani, vârsta când am căzut în prăpastie și când bâlbâiala s-a agravat și a apărut ticul."

„Prăpastia e o gaură în mine creată de oboseală, de stres, de supărare, care la 11 ani s-a adâncit și s-a lărgit și m-a făcut să cad în ea."

**Terapeut:** „Vorbește-mi de această supărare pe care o simțai la 11 ani."

**George:** „Mă supăram pe profesori când îmi dădeau note mici, și mai erau desele certuri dintre părinți."

T: „Ce înseamnă pentru tine vârsta de 18 ani?"

G: „Vârsta când mă voi vindeca, voi scăpa de liceu, când o să mă odihnesc, o să fie o perioadă foarte lungă."

T: „Lasă cele două părți din tine să intre în dialog."

G: „Cel de 11 ani vrea să rămână la starea aceea de oboseală, de stres, pentru că s-a obișnuit cu ea. Cel de 18 ani vrea să-l facă și pe cel de 11 ani să se odihnească, să se simtă bine și el și îl învață să privească spre viitor, spre bine.

Apoi mă vor lăsa să-mi continui drumul, să ajung în vârf.”

T: „Cum se simte George cel de 14 ani acum?”

G: „Un pic mai odihnit. Cel de 18 ani l-a învățat să nu o mai bage în seamă pe mama când îl ceartă.”

Prin dialogul celor trei părți din el, George a lucrat pe de o parte asupra stresului trăit la vârsta de 11 ani și pe de altă parte, și-a exprimat trăirile negative pe care le are față de mama sa, precum și modul în care vede el ieșirea din situație. Vârsta de 18 ani reprezintă pentru el și eliberarea de sub tutela părinților, din mediul familiei conflictual care, după părerea lui, îi mențin bâlbâiala și disconfortul zilnic.

În sesiunea următoare apare ca principală problemă mișcarea din cap.

George mi-a explicat cum se ajută de această mișcare să pronunțe anumite sunete, mai ales consoanele. Își simte mușchii gâtului contractați, îi este jenă, se gândește că ceilalți râd de el.

L-am introdus pe George în relaxare, prin imaginarea scurgerii tensiunilor din corp și mi-a spus că mușchii gâtului continuă să rămână încordați, la fel ca atunci când se bâlbâie și dă din cap. Simte panică.

Întrebându-l cum simte panica a ales să o descrie în termeni vizuali: are formă ovală, este mare, clară, se așează în tot corpul, are culoarea maron-roșcat.

Am utilizat o tehnică NLP de transformare a caracteristicilor acestei imagini.

I-am spus să transforme imaginea inițială într-o sferă mică, mai puțin clară, transparentă, de culoare verde-albăstrui și să-și imagineze că această sferă se învâрте în zona pieptului în sensul acelor de ceasornic din ce în ce mai repede, se micșorează din ce în ce mai mult, până dispăre.

În final, mușchii cefei nu mai sunt contractați și panica a dispărut.

În următoarea sesiune, mi-a spus că mai intră în panică atunci când nu poate să pronunțe anumite cuvinte în dialogul cu anumite persoane, dar nu la fel de puternic ca în trecut.

L-am rugat să-și imagineze că în fața lui este o persoană importantă și să spună ce simte în momentul în care se întâmplă să se bâlbâie.

El redă modul în care intră în panică, i se contractă mușchii gâtului, îi este rușine și ciudă că persoana respectivă (un coleg de clasă) își va forma o părere greșită despre el.

Terapeut: „Ce simți în această situație?”

George: „Dar nu mă interesează ce cred alții despre mine.”

T: „Înțeleg că în tine sunt doi de George:

- unuia îi e frică și rușine atunci când se bâlbâie în fața anumitor persoane;  
- celuilalt nu-i pasă de ceea ce gândesc alții despre el.”

G: „Da.”

În stare de relaxare, l-am rugat să-i cheme pe cei doi George (cel Fricos și cel Curajos) și să-i lase să dialogheze, să-și spună punctul de vedere și să-și argumenteze părerile.

T: „Cum apar cei doi George?”

G: „Pe cel Fricos îl văd tremurând, pe cel Curajos îl văd mai înalt, cu pieptul în față.”

T: „Ce-și spun ei?”

G: „Cel Fricos spune că îi este rușine de ceea ce gândesc ceilalți despre el. Are și el mândria lui. Celălalt spune că nu-l interesează părerea celorlalți și că toți oamenii au și calități și defecte.”

T: „Cei doi știu că există persoane cărora nu le pasă de cum vorbește George, ci sunt interesate de ceea ce comunică el?”

G: „Cel Fricos nu știe, Cel Curajos știe că există persoane care-l înțeleg.”

T: „Roagă-l pe George cel Curajos să-i spună și lui George cel Fricos care sunt acele persoane. (Un moment de pauză.) I le-a comunicat?”

G: „Da.”

T: „Poți să le spui și cu voce tare. Sunt din familie?”

G: „Nu. Sunt prietenii mei de la școală. Colegul meu de bancă, mai ales, care mă înțelege cel mai bine că are și el defectele lui.”

T: „Ce simte George cel Fricos acum, când a aflat că există și persoane ce au o părere bună despre el?”

G: „Se simte mai bine. Nu mai tremură așa de tare.”

T: „Roagă-l pe George cel Curajos să-l liniștească, să-l încurajeze pe George cel Fricos.”

T: „Acum am să-i rog pe cei doi să se ia de mână și să se îndrepte spre creasta de munte cunoscută din ședințele anterioare și să o urce împreună. Cum e urcușul? Descrie-l.”

G: „Este mai ușor. Acum sunt doi și se ajută, se trag unul pe altul.”

T: „Este mai ușor în doi.”

G: „Da. Ajung acum sus.”

T: „Cum se simt acum când au ajuns în vârf?”

G: „Se simt fericiți, mulțumiți. Nu mai pot să-i disting, seamănă foarte mult.”

T: „Da. Sunt amândoi curajoși și sunt tot George. Lasă-i să se confunde unul cu celălalt, să devină unul singur și intră tu în această imagine. Nu o mai vezi din exterior, ci te confunzi cu ea. Ce simți acum?”

G: „Mă simt mai bine. Mă simt unul singur, înainte eram împărțit în două. Acum sunt întreg.”

După ce am revenit din relaxare, l-am rugat să-și imagineze că vorbește cu o persoană și se bălbaie.

T: „Ce simți în această situație?”

G: „Nu mai simt panică și rușine. Pot să mă controlez și să vorbesc corect.”

T: „Foarte bine. Te rog ca în conversațiile pe care le ai cu diferite persoane, să-ți observi reacțiile și să folosești ceea ce ai câștigat în ședința de terapie.”

#### Concluzii:

George se află în psihoterapie de peste două luni și continuă tratamentul.

În această perioadă de timp anxietatea s-a redus, a învățat să se relaxeze, să vorbească mai calm și controlat, să-și stăpânească mișcarea din cap care apare mai rar și are mai multă încredere în el.

În cazul lui, am pus accent în special pe relaxare și am combinat tehnica expresivă de fantazare cu cele gestaltiste de focalizare, de lucru asupra părților interioare și lucrul pe metaforă. Am folosit și exerciții de respirație completă, amplă.

Un obiectiv principal în demersul terapeutic viitor va fi acela de a detensiona relațiile dintre băiat și mama sa.

### II.3. Dana – clipitul buclucaș și gelozia fraternă

Dana are 8 ani. Este o elevă sânguincioasă, în clasa a 2-a, cu rezultate școlare foarte bune. Ea mai are o soră de 2 ani, față de care joacă adesea un rol parental. Părinții au adus-o la cabinet datorită unui tic de clipit (blefarospasm), care a apărut în urmă cu un an și jumătate, accentuându-se în ultimul timp și antrenând uneori și mușchii feței. În perioada în care i-a apărut ticul, un coleg a lovit-o la nas destul de rău, într-o ceartă pe care au avut-o la școală. De atunci Dana are o părere foarte proastă despre băieți. Zgomotele și sunetele puternice au speriat-o dintotdeauna și părinții au observat că ticurile se accentuează în aceste condiții.

De la prima întâlnire Dana mi-a lăsat impresia unui copil inteligent, vesel, foarte receptiv, însă ușor emotiv. Părinții au fost de la început interesați să colaboreze în terapie, sinceri îngrijorați de ticul copilului și dornici să o ajute să scape de el. Relațiile dintre părinți și copil se bazează pe înțelegere și afecțiune.

Am hotărât să mă întâlnesc cu Dana în terapie individuală o dată pe săptămână, obiectivul sesiunilor terapeutice fiind descoperirea și lucrul asupra conflictelor interioare ce au dus la apariția și întreținerea ticului.

#### Sesiunea întâi

La început am rugat-o pe Dana să facă un desen liber. A desenat-o pe Luiza, sora ei mai mică, într-un context idilic: o grădină cu flori și un curcubeu mare în spate. Fetița părea să fie fericită, veselă, înconjurată de dragoste (inimioara de lângă ea). Apoi și-a desenat familia. Am observat valorizarea imaginii materne (mama este desenată prima și domină desenul), tatăl este desenat ultimul, mai în spate și motivează acest lucru prin faptul că acum au mai puțin timp pentru a se juca împreună decât înainte. Cel mai mult o preocupă propria imagine desenată, la care ștergea des, spunând că este urâtă. Tot desenul era împodobit cu inimioare roșii, care reprezentau dragostea ei pentru fiecare membru al familiei. (v. note - desenele 9 și 10)

Aceste două desene, m-au făcut să mă gândesc că Dana avea o slabă acceptare de sine, regreta că nu este în locul surorii ei și dorea o mai mare atenție din partea părinților, în special din partea tatălui. Rivalitatea față de sora ei era inconștientă și nerecunoscută, fiind în special legată de avantajele oferite de o vârstă mai mică. În a doua parte a sesiunii ne-am concentrat atenția asupra problemei cu care venise: ticul. Mă interesa să aflu părerea Danei despre această situație și să o încurajez că vom găsi împreună o rezolvare. M-am folosit de metaforă și am rugat-o să-și deseneze „ticul”. L-a reprezentat ca pe o față tristă, supărată. Pe urmă, a făcut un desen al problemei rezolvate, printr-o față veselă, care râde, viu colorată și spune că acum se iubește pe ea. (v. note - desenele 11 și 12)

Observ că au apărut iarăși sentimente negative pe care le are față de sine, datorită ticului și aflu că trăiește tensionat această situație.

Folosindu-mă de jucării, îi propun Danei să aleagă un personaj care ar putea veni în ajutorul ei și să o scape de tic. A ales o pasăre care ar sta tot timpul cu ea și ar urmări-o să nu mai aibă ticuri (dorința de autocontrol). Un dinozaur din pluș îl reprezenta pe Vrăjitorul cel bun, care o ajută să se vindece. Alege apoi un lup rău și un urs, despre care îmi spune că seamănă cu ea, pentru că pare timid și emotiv. A imaginat apoi un joc în care lupul îl alerge pe urs pentru a-l omorî. Vrăjitorul cel bun, vine în ajutorul ursului și îl ucide în final pe lup. Dana s-a implicat activ în joc, cu multă imaginație și expresivitate.

#### Comentarii:

Prin tehnica metaforică am dorit să o ajut pe Dana să se defocalizeze de pe problema ei, pentru că în prima parte a sesiunii am observat că se identifică cu ticul, își dramatizează situația, până ajunge să nu se placă pe sine, să se respingă. De asemenea, desenând problema rezolvată, copilul își exprimă

speranța de vindecare. Jocul cu păpuși a ajutat-o să-și aleagă ajutoare, care să o sprijine în rezolvarea problemei, activându-și astfel și resursele interioare (creativitate, optimism, expresivitate). Identificându-se în joc cu ursul, Dana exprimă sentimentul de a fi amenințată de ceva rău și satisfacția de a scăpa și a se răzbuna pe dușman. Astfel, în mod indirect, prin intermediul păpușilor, copilul a exprimat sentimente despre care îi era greu să vorbească.

La sfârșitul sesiunii, Dana mi-a spus că se simte bine și încrezătoare că o să scape de tic. I-am consiliat pe părinți să nu-1 mai atragă atenția în mod negativ asupra modului în care clipea (îi spuneau să se controleze, întârindu-i astfel comportamentul), ci din contră, să clipească în mod voit în fiecare zi, cât de frumos poate ea, chiar făcând diferite grimase ale feței. Au experimentat acest lucru chiar atunci în cabinet, amuzându-se toți trei de situație. În acest mod am urmărit să le schimb atitudinea față de tic, care devenea din ceva rău și neplăcut, ceva amuzant, chiar drăguț, ajutându-i astfel să se relaxeze, iar părinții să-și asume un rol de coterapeuți. În plus, am exploatat astfel efectele tehnicii paradoxului terapeutic.

#### Sesiunea a doua

Ticul a apărut mai puțin intens, fapt observat atât de către părinți (au rugat-o zilnic să clipească cât mai frumos, cu diferite expresii ale feței), cât și la școală. În această întâlnire am devenit mai directivă, propunându-i eu Danei jucăriile. La început am folosit tobele, făcând din ce în ce mai mult zgomot și apoi inventând diferite sunete armonioase ce pot apărea din aceste zgomote. Am ajutat-o astfel să-și depășească frica de zgomote și să înlocuiască emoțiile negative cu altele pozitive date de joc și de plăcerea ascultării sunetelor. S-a implicat cu plăcere în joc, bătând cu frenezie în tobe până s-a plictisit.

Mama mă informase de la început că Dana vroia adesea să urce în țarcul surorii ei. Am interpretat acest lucru prin existența a două tendințe: pe de o parte tendința de a rămâne bebeluș și pe de altă parte dorința de a crește mare. I-am comunicat această idee (niciodată nu impun interpretările mele copiilor) și pentru că a fost de acord, ne-am folosit de două păpuși pentru a dramatiza întâlnirea dintre „Dana de doi ani” (care are multe din persoana Luizei) și „Dana de opt ani”. A reieșit că „cea mare” vroia să fie mică și „cea mică”, mare.

„Dana de doi ani”: „Eu vreau să fiu mare, să fac ce vreau eu. Acum trebuie să fac doar ce vor ceilalți. Vreau să merg și eu la școală.”

„Dana de opt ani”: „Eu vreau să fiu mică, să nu am nici o grijă, să nu mai merg la școală și să mă joc toată ziua.”

**Terapeut:** „Te rog acum Dana, să-ți imaginezi că tu devii păpușa de opt ani și îți alegi un loc în cameră unde poți să dormi. Eu îți dau o saltea care să fie patul. Așa... Acum îți imaginezi că dormi și visezi. Se face că ai doi ani și te

afli într-un țarc de copil mic. Acum trăiești visul. Eu îți construiesc în jurul tău un țarc din perne. Spune-mi cum te simți în țarc.”

**Dana:** „Este foarte bine. Simt că nu am nici o grijă, nici o problemă. Mă joc, am multe jucării. Sunt protejată.”

**T:** „Bun. Bucură-te în continuare de starea de bine din țarc... *(Dana vorbește ca un copil mai mic, prefăcându-se că se joacă și se răsfață.)* Acum se întâmplă ceva... Se face că tu începi să crești și țarcul devine din ce în ce mai mic, mai strâmt. *(Strâng pernele din ce în ce mai mult în jurul ei, urmărind să o provoc.)* Ei, cum este acum?”

**D:** „Este bine. E cald.”

**T:** „E bine și e cald... dar țarcul se strânge din ce în ce mai tare și tu stai închisă acolo. Copii se joacă în parc cu bicicleta și cu rolele. Dar nu-i nimic, tu preferi să stai acolo, unde este cald.” *(Amplific strânsoarea pernelor.)*

**D:** *(izbucnește)* „Vreau să ies afară, să cresc mare, să am prietene, să merg în parc cu rolele!”

**T:** *(strângând și mai tare pernele)* „Dar tu ai ales să stai în țarc unde este bine și cald... Îți este bine aici și nu cred că îți dorești suficient să ieși.”

**D:** „Ba da, ba da! *(Se zbate, dă la o parte pernele, scăpând din strânsoare.)* Sunt liberă. *(Se bucură, aleargă prin cameră în pași de dans.)* Nu mai vreau în țarc.”

După ce am lăsat-o să trăiască în această stare de bucurie, am rugat-o să revină la scena inițială și să redevină imaginar păpușa „Dana de opt ani” care povestește păpușii „Danei de doi ani” ce s-a întâmplat în visul ei și să-i spună care sunt avantajele de a fi mare.

**Dana:** „Când ești mare ești liberă, ai prieteni, te duci la școală și te plimbi cu bicicleta și cu rolele în parc.” Astfel își integrează experiența din această sesiune.

#### Comentarii:

Am folosit o tehnică de dramatizare adaptată din gestalt-terapie, în care Dana și-a concretizat conflictul interior, s-a putut confrunța cu îndoilele și dorințele ei, a fost capabilă să facă o alegere (prin tehnica amplificării am împins-o în această direcție) și a câștigat în acceptarea și stima de sine (responsabilitățile și avantajele vârstei ei). Dana s-a implicat foarte bine în joc, a trăit situațiile și a contribuit la derularea acțiunii cu propria sa imaginație și intuiție. Mărturia că acest conflict era important pentru ea a fost faptul că ticul se amplifică în unele momente, arătând că Dana se afla în plin proces terapeutic.

În final, i-am indus o stare de relaxare, punând-o să-și imagineze o lumină albă care îi mângâie și-i liniștește pleoapele și fața.

### Sesiunea a treia

Toată familia vine veselă la cabinet. Ticurile s-au diminuat mult în ultimele zile. Părinții au avut acasă o discuție cu Dana despre avantajele de a fi mare și au asigurat-o că o iubesc și sunt mândri de realizările ei și chiar au antrenat-o în activități pe care să le facă împreună. Acest fapt a făcut-o pe Dana să se simtă în siguranță și să-i crească stima de sine.

În camera de joc Dana era energică, cu inițiativă în alegerea jucăriilor. Alege jocurile cu soldați. Îmi propune să facem două tabere, una pentru ea și una pentru mine. În timp ce construim taberele, observând tendința ei de a avea piesele mai frumoase și eventual, pe cele pe care le-am ales eu inițial, i-am sugerat ca cele două tabere să se numească: Nemulțumii și Lacomii (titluri sugestive pentru unele tendințe ale ei și de aceea le acceptă încântată).

Am început lupta. Nemulțumii, conduși de Dana, vroiau să aibă clădirile și armele celeilalte tabere, neplăcându-le de ale lor, iar Lacomii vroiau să aibe totul. O provoc astfel să-și exprime aceste tendințe de nemulțumire și lăcomie. Ne luptăm cu soldații și nu o las, indiferent de rugămintele ei, să-mi cucerească cetatea. Se supără și în final dărâmă ambele construcții (exprimarea mâniei și neacceptării de a pierde).

Apoi o ajut să-și conștientizeze că așa face uneori și în viața reală.

Alege acum un set de mașini de curse pe care le împarte în două tabere și propune inițial un război între mașinile mele și ale ei. Apoi se răzgândește (semn că a depășit momentul conflictului) și propune ca mașinile noastre să se împrietenească și să facem o întrecere, o cursă în care să aflăm ale cui sunt mai rapide. Nici de data aceasta nu o las să câștige nemeritat, însă observ că nu se mai supără când pierde. „Așa este în sport.”

Admir încă o dată capacitatea Danei de a integra experiența avută, de a învăța noi moduri de a aborda competiția, având o toleranță mai bună la frustrare și de a trece peste tendințele ei egoiste. După ce am terminat întrecerea cu mașini, Dana observă mânușile de box și îmi propune să ne luptăm cu ele. Îi spun să-și imagineze că eu sunt băiatul cu care avea dese conflicte la școală și să-și exprime prin lovituri și cuvinte furia față de el. La sfârșit, după ce și-a exprimat toată mânia, am condus-o într-o stare de relaxare, punând-o să simtă senzațiile corporale declanșate de această confruntare, să le accepte și apoi să-și imagineze lumina albă care îi mângâie fața, relaxându-i fața și mușchii din jurul ochilor. În final, a făcut un desen liber, care se numea „casa mea”, cu un soare ce strălucea vesel deasupra. (v. note - desenul 13)

### Comentarii:

În această sesiune Dana și-a putut exprima prin joc sentimente mai puțin pozitive și valorizate de ceilalți: nemulțumirea, egoismul, frustrarea, mânia, învățând să se accepte.

### Sesiunea a patra

Ticul a apărut foarte rar în urma sesiunii trecute.

Dana a propus din nou întrecerile cu mașinile. De data aceasta nu apar reacții agresive și este liniștită, bucurându-se atunci când câștigă. I-am propus să facă pe un carton mare un desen care să se cheme „lumea mea”. Și-a desenat casa, familia, o grădină cu flori și un soare imens. Am observat că are tendința în continuare să-și corecteze imaginea din desen, dar mai puțin ca în prima sesiune. Am remarcat plăcerea cu care folosește culorile. Mi-a spus că lumea ei este luminoasă, foarte colorată, acolo se simte bine și nu ar vrea să modifice nimic.

**Terapeut:** „Dana, acum facem o magie și tu poți intra în lumea ta și să devii pe rând fiecare personaj și fiecare obiect. Când o să pășești pe carton, te vei așeza deasupra personajului ales și te simți și vorbești ca și cum ai fi el.”

Prin dramatizare se poate identifica acum cu fiecare element din lumea ei, exprimând ceea ce simte și gândește despre el. Când a fost în rolul fiecărui personaj, a vorbit despre el și despre relația pe care o are cu Dana. A reieșit că toți o plac, spunând despre ea că este o fată bună, silitoare la școală, dar care mai face și năzbâtii. Cel mai bine s-a simțit în rolul soarelui care luminează și are grijă de familie.

### Comentarii:

Prin jocul de rol, Dana a interpretat foarte expresiv fiecare personaj, dând dovadă de empatie și înțelegere a diferențelor dintre persoane. Nu am observat existența unor conflicte sau stări tensionate. Desenul și dramatizarea au fost pentru mine o dovadă că dispariția ticului nu este momentană, ci se poate permanentiza, starea de bine fiind susținută de suportul afectiv al familiei și calitățile-resurse ale Danei.

### Sesiunea a cincea

Ticul a dispărut aproape de tot. În această întâlnire am folosit tehnica jocului nedirecționat, în care Dana era cea care avea cea mai mare inițiativă în alegerea jucăriilor și în derularea poveștii. A ales toate jucăriile animale și o păpușă pe care o numește Dana și a propus să construim o junglă cu toate acestea. Am ajutat-o să aranjăm „copacii” în care stăteau papagalii, locurile pentru tigrii, șerpi, elefanți, maimuțe, iar în mijlocul camerei, prin două saltele era reprezentat un lac unde locuiau broaștele și lângă ele o poiană unde stăteau



fluturii și buburuzele. Lângă „junglă” a construit o căsuță pentru vechii ei prieteni – jucăriile alese în prima sesiune (Vrăjitorul cel bun, Pasărea, Lupul care învinsese între timp și devenise bun și Ursul cel timid). Apoi a declanșat acțiunea, care presupunea călătoria păpușii Dana prin junglă. Intenția ei era să cunoască toate animalele și să înfrunte singură pericolele, punându-și calitățile la încercare. Eu am ajutat-o jucând pe rând rolul animalelor, provocând-o să găsească soluții pentru a depăși greutățile întâmpinate.

Inițial și-a vizitat vechii prieteni care au sfătuit-o cum să meargă prin junglă și au vorbit despre animalele periculoase pe care le-ar putea întâlni (se observă capacitatea Danei de a se sprijini pe persoanele importante din viața ei, de a se adapta la sfaturile lor, dorind în același timp să fie independentă). Apoi a pornit cu curaj mai departe. S-a arătat vitează și încrezătoare în fața tigrilor, nevrând să le arate că s-a speriat de ei. Le-a cântat și dansat șerpilor pentru a-i vrăji, făcându-i să adoarmă și putând astfel să treacă mai departe. A spus o ghicitoare incuietoare celorlalți șerpi, care au fost astfel dovediți și au eliberat drumul. După mai multe încercări, a ajuns în centrul camerei, unde se afla oaza (lacul și poienița) și le-a cunoscut pe animalele de acolo.

Astfel, timp de mai mult de o oră Dana a străbătut un adevărat traseu inițiat, ca și eroii din basme, trecând de animalele periculoase (posibile frici și credințe negative) singură, folosindu-se de abilități și resurse cum ar fi curajul, spontaneitatea, creativitatea, umorul. Călătoria prin junglă reprezintă o situație de criză metaforică experimentată de copil, în care ea a fost nevoită să-și învingă sau să-și rezolve problemele. Pusă în situația de a găsi soluții în acest joc învață noi moduri de a răspunde la situațiile stresante pe care le poate transfera apoi în viața sa reală.

Ca să o ajut să-și integreze această experiență, i-am propus să organizeze o „petrecere” cu animalele din junglă. Le invită și pe cele rele pentru că, zice ea, „trebuie să aibă și ele ceva bun” și am inițiat împreună o adevărată sărbătoare, cu toate jucăriile animale. După ce a obosit să cânte și să danseze, le-a sărutat pe toate și le-a mulțumit că au ajutat-o să-și dea seama că are atâtea calități.

În final, i-am făcut un rezumat al tuturor întâmplărilor pe care le-a avut în această călătorie prin junglă, ajutând-o să-și conștientizeze resursele și să-și îmbunătățească stima de sine.

#### Sesiunea a șasea

Părinții îmi spun că ticul a dispărut complet.

Astăzi Dana vrea să se joace cu păpușile (o familie compusă din tată, mamă, o fetiță și un bebeluș) și animalele. Construiește cu ajutorul pernelor un sistem solar cu 7 planete. Pe Pământ așează familia și perechi de elefanți, șerpi, broscuțe, maimuțe. Când a aranjat familia și-a exprimat spontan gelozia față de

sora mai mică „Nu pot să o sufăr și nu știu de ce”. Bebelușul era așezat între părinți. Apoi o așează și pe fetiță între părinți lângă bebeluș, nemăiestruind-o izolată: „Așa e mai bine”. Observ că pentru prima oară, prin intermediul păpușilor, Dana își exprimă gelozia și rivalitatea față de sora ei, lucruri pe care nu poate să le verbalizeze. După ce și-a putut exprima liber această mânie reprimată, a putut să o accepte pe sora ei lângă ea, între părinți.

Apoi își imaginează că păpușa – Dana este Vrăjitoarea Rea care vrea să-i ducă la închisoare pe toți locuitorii celor 7 planete. Începe jocul. În rolul Vrăjitoarei, țipă la toți, este răzbunătoare, nu acceptă să fie contrazisă, este rea și agresivă cu animalele și familia pe care le închide în închisoare. Motivează acest lucru prin faptul că vrea să fie stăpână, regină peste toate planetele, să mănânce tot ceea ce vrea pentru că pe planeta ei nu are mâncare și nu o îngrijește nimeni (din nou apare teama că nu i se dă suficientă atenție și afecțiune). După ce s-a dezlănțuit în rolul Vrăjitoarei și i-a înmănat pe toți, are ideea să vină un Eliberator. Alege o altă jucărie pentru acest rol și îmi propune să joc eu rolul Vrăjitoarei și ea pe al Eliberatorului. În această poziție reușește să o păcălească pe Vrăjitoare, spunându-i că vrea să fie ucenicul ei. Când ea adoarme, Eliberatorul îi ajută pe toți să evadeze. Unii erau neîncredători că acest erou este bun, curajos și puternic. Când Vrăjitoarea se trezește, se luptă cu Eliberatorul care o învinge. În final, a venit Vrăjitorul cel bun (vechiul ei prieten din întâlnirile anterioare) care spune că fusese maestrul Eliberatorului și-l felicită pentru ceea ce a făcut.

La sfârșitul jocului, îmi spune că i-a plăcut cel mai mult de familie și de Eliberator, dar i-a plăcut să joace și rolul de Vrăjitoare rea.

#### Comentarii:

În această sesiune Dana și-a dat voie să exprime sentimente reprimite de gelozie, mânie, rivalitate. Într-un mediu securizant, ea a avut libertatea de a juca personaje negative alături de cele pozitive, ceea ce a dus la o mai bună integrare și unitate a personalității. Se acceptă pe sine în întregime, dar are libertatea de a alege ce comportament să adopte.

#### Ultima sesiune:

Ticul nu i-a mai apărut în ultima vreme.

Pentru a o pregăti de despărțire, îi sugerez Danei să scoată toate jucăriile din dulap și să organizeze o petrecere de rămas bun. Ne implicăm în joc. Însă se produce un incident. Păpușa Dana este confundată de celelalte personaje cu Vrăjitoarea Rea (rolul jucat în sesiunea trecută) fiind alungată, agresată, jignită, pentru că în final să o recunoască ca fiind prietena lor.

În mai bine de 40 minute de dramatizare intensă, Dana și-a exprimat o gamă largă de emoții: mânie, neîncredere, disperarea de a nu fi recunoscut,

tristețe, prietenie și iubire. A fost un semn frumos de sănătate psihică și bogăție a trăirilor în mod complet și unitar. Păpușa Dana (expresia propriei persoane) poate fi și rea și bună, animalele sunt și bune și agresive în același timp, copilul integrând în acest fel toate aspectele complementare ale psihismului. Întâlnirea se termină cu o petrecere în care îi face pe toți să danseze în timp ce eu o acompaniez bătând din tobe (nu este zgomot, e muzică și aceasta nu mai provoacă frică!).

După ce a trăit și a experimentat această bogăție de emoții, ca într-un final al unei simfonii, Dana își ia rămas bun de la prietenii care au însoțit-o în demersul terapeutic (animale, jucării, tobe). Ne-am despărțit într-un mod calm, prietenos, amândouă mulțumite de experiența împărtășită.

Am mai întâlnit-o pe Dana după 2 luni de la ultima sesiune terapeutică. Ticul nu mai apăruse deloc și acasă nu a mai avut tendința să regrete că nu este mai mică, fiind sigură de afecțiunea și încrederea părinților. A intrat cu bucurie în camera de joc și a inventat o poveste în care păpușa Dana trece prin alte peripeții fantastice. Din întâmplare, ajunsese pe un alt tărâm unde a întâlnit-o pe Zâna fluturilor care a ajutat-o să treacă printr-o pădure cu animale periculoase pentru a ajunge pe tărâmul ei, unde o aștepta familia. Observ cum Dana își folosește imaginarul în mod creativ pentru a-și exprima fricile și a-și regăsi resursele, fără să încerce să fugă de realitate. În final a realizat un desen al familiei frumos colorat, în care am observat o mai bună acceptare de sine, autostimă crescută față de acum 4 luni și multă afecțiune exprimată prin inimioare desenate peste tot. Toți membrii familiei sunt împodobiți cu coroane de prinți și prințese, semn de prețuire și valorizare. (v. note - desenul 14)

#### Comentarii finale:

Jocul și dramatizarea au ajutat-o pe Dana ca doar în șapte sesiuni terapeutice să scape de tic și să obțină o mai bună stimă și acceptare de sine. Prin intermediul jucăriilor și marionetelor ea a putut să exteriorizeze și să concretizeze o parte din conflictele și tendințele ei reprimite. A putut să se decidă să crească, pentru că preferă să-și asume vârsta și nu mai regretă că nu este mai mică. A experimentat situații problematice în care a fost obligată să facă apel la resursele ei interioare. „A jucat” părți din ea însăși și a devenit astfel mai conștientă de sine, mai implicată în ceea ce-i oferă viața.

Prin experimentarea sentimentelor, gândurilor și anxietăților în mod deschis s-a produs integrarea, ceea ce a asigurat reușita terapiei. La Dana, integrarea o reprezintă identificarea cu toate tipurile de emoții, acțiuni, gânduri prin intermediul jocului dramatic.

Consider că această transformare rapidă s-a produs atât datorită capacităților evolutive deosebite ale Danei, cât și datorită sprijinului părinților care au înțeles cum s-o ajute să atingă obiectivele terapeutice și au sprijinit-o în menținerea câștigurilor.

#### **II.4. Ana - o casă în care te poți rătăci sau criza de protest**

Ana are 6 ani și este copilul unic al unor părinți trecuți de prima tinerețe, care și-au dorit-o foarte mult. În aceste condiții nu este de mirare că răsfățul și hiperprotecția au fost principalele modalități prin care părinții s-au raportat la ea.

Mama o aduce la cabinet datorită crizelor (țipete, plâns, congestie facială) pe care le face Ana atunci când nu i se face pe plac și în special seara când mama ei vine de la serviciu și nu are, de obicei, răbdare și timp să-și petreacă câteva momente plăcute cu fițița. Tatăl este bolnav, pensionat din acest motiv și soția vorbește despre el ca despre un copil care nu vrea să se îngrijească de sănătatea lui, care „nu ascultă”. Tatăl se joacă uneori cu Ana, alături este nervos și o respinge. Interesant este faptul că atunci când fițița face câte o criză, toată familia (inclusiv cele două bunici când sunt acolo) se agită în jurul ei determinând-o să țipe și mai tare.

Din relatarea mamei (spăimântată de faptul că nu știe cum să stopeze crizele copilului) ar reieși că Ana vrea să i se facă permanent pe plac, să-și controleze părinții. Totuși este doar o aparență. La o privire mai atentă îmi dau seama că ceea ce își dorește ea este doar un mediu familial securizant, stabil și atenția afectuasă și consistentă a mamei. Copiii nu au nevoie de părinți-marionetă, ci de părinți pe care să-i respecte și care să le fie model.

La grădiniță Ana s-a adaptat foarte bine, este receptivă, prietenoasă, comunicativă.

În prima sesiune ne aflăm toate trei în jurul mesei din cabinet. Mama îmi povestește despre grijile pe care și le face din cauza Anei și ale soțului bolnav, părănd dornică să primească un sprijin. Recunoaște că este de multe ori obosită și nu are răbdarea de a-i oferi fetei atenția și afecțiunea pe care ea le cere. În acest timp Ana se joacă și se preface că nu aude dialogul nostru. După ce mama și-a spus povestea am rugat-o să treacă în camera alăturată și am rămas cu Ana. Acum ea îmi cere o foaie de hârtie și creioane pentru a face un desen care se dovedește a fi replica ei la cele relatate de mama ei și o explicație a reacțiilor sale de negativism. Desenează o casă cu două uși: una care zâmbește și una care are un vizor și multe ferestre, care reflectă dorința ei de comunicare. (v. note - desenul 15)

O rog să dea un titlu desenului ei și să născocască o poveste plecând de la el. Îl numește „Casa care râde” și apoi începe să povestească foarte implicată.

Ana: „Este casa mea. Ușa aceasta râde de cei care vor intra în casă și se vor rătăci.”

Terapeut: „Cum se rătăcesc ei?”

A: „Foarte ușor. Pe uși sunt diferite etichete care-i păcălesc. De exemplu pe ușă scrie „dormitor” și înăuntru este bucătăria sau pe alta scrie „sufragerie” și este de fapt baia și tot felul de alte surprize.”

T: „Ca un labirint?”

A: „Da. Numai eu nu mă rătăcesc și mama care a construit casa. Tata se rătăcește sigur.”

T: „Mai sunt și alte persoane care nu se rătăcesc?”

A: „Adelina, prietena mea de la grădiniță, nu se rătăcește dar îi trebuie o oră ca să se descurce... Mama se rătăcește.”

T: „Mama se rătăcește?”

A: „Da. Ea se rătăcește acum.”

T: „Vrei să-i înveți pe ceilalți cum să se descurce în casa ta?”

A: „Nu. Toti intră pe ușa care râde și ies pe ușa cu vizor după ce se rătăcesc. Ei nu știu să se descurce în casă și eu nu vreau să-i învăț.”

*Acum se desenează pe ea și pe Adelina trăgând casa. Amândouă sunt eroine puternice. Ea este Xena-Prințesa războinică și Adelina este Sarley Moon.*

T: „Ce se întâmplă cu casa ta?”

A: „Când casa vrea să rădă de ceilalți închide ușa și în casă se aude „balamuc” și ceilalți cred că face ea balamuc și nu mai intră în casă. Nu-i lasă ea.”

O ascult pe Ana și nu-mi vine să cred cum acest copil își descrie atât de simplu și firesc în mod simbolic drama sa. Este ușor de observat că, de fapt, casa este ea, și părinții nu mai știu să se apropie, s-o cunoască, nici măcar mama care a construit casa. Ana simte nevoia să se identifice cu un personaj puternic pentru a-și purta singură de grijă și încearcă să le atragă atenția celorlalți prin singura modalitate găsită momentan „face balamuc” (eticheta pusă de părinți pentru crizele ei de opoziție). Fetița pare să-i pună la încercare pe adulții din familia ei, îi testează, râde de ei, se joacă și cum ei se sperie, nu știu cum să reacționeze, nu pot vedea decât balamucul.

În urma acestei sesiuni am înțeles că obiectivul principal este s-o ajut pe mamă să aibă un comportament adecvat față de copil. Astfel am încurajat-o să-i acorde înțelegere și afecțiune indiferent de crizele ei de negativism și când plânge și țipă să se ocupe doar ea de Ana și să o liniștească vorbindu-i pe un ton jos, calm, care să-i inspire copilului încredere și siguranță. I-am recomandat

mamei și o carte de psihologie a copilului de 5-6 ani pentru a învăța astfel care sunt nevoile și trăsăturile specifice de personalitate ale copiilor la această vârstă.

În sesiunea următoare Ana și mama ei vin mai liniștite la cabinet. După lectura broșurilor recomandate, mama a observat că toți copiii de șase ani sunt la fel, ceea ce a făcut-o să-și schimbe atitudinea față de fetiță. „Nu este copilul meu mai cu probleme decât alții.”

În camera de joc, Ana alege păpuși ce îi reprezintă pe membrii familiei, o fantomă și un vrăjitor. Spune că tata este Hercule, mama este Sarley-Moon și ea este Xena-prințesa războinică. Le atribuie roluri de personaje puternice, eroi curajoși ce înfruntă pericole și fiind uniți îi înfruntă pe Fantoma și pe Vrăjitorul cel rău. Se poate interpreta astfel că Ana, prin alianța puternică cu părinții ei, își poate depăși fricile inconștiente. În joc nu apar conflicte între membrii familiei.

În sesiunea următoare mama îmi comunică că ea și soțul ei sunt mai calmi și mai înțelegători în relație cu copilul, nu mai țipă la ea și își petrec mai mult timp împreună. În ultima săptămână Ana nu a mai avut nici o criză de negativism.

Astăzi Ana alege pentru joc păpuși, animale sălbatice, dinozauri. Inventează o poveste în care un băiat numit Mougli este crescut de două păsări în pădure pentru că îi muriseră părinții. Când crește, el se transformă în Xena și apără animalele din junglă, pe care vroiau să le mănânce dinozaurii. Se implică puternic în descrierea luptei dintre dinozauri și animale (exprimarea posibilelor conflicte interioare) și o cheamă în ajutor pe Zâna lui Xena (nevoia de suport exterior, magie), care îi omoară pe toți dinozaurii și-i învie și pe părinții Xenei. Toți se bucură că se revăd și pleacă la ei acasă împreună cu păsările care au crescut-o pe Xena în pădure.

Ana exprimă în acest joc bucuria de a-și regăsi părinții, lucru obținut cu greutate, după o luptă simbolică în care a fost nevoie de intervenția unui personaj exterior (imaginea terapeutului) pentru a-i învia pe părinți (a-i sprijini în efortul lor de a-și înțelege copilul).

Următoarea sesiune a avut loc după două luni de pauză. Ana a fost în vacanță și pentru că a stat mai mult în casă s-a plictisit. A reînceput să fie mofturoasă, are momente de negativism și plânge când nu i se face pe plac. Am consiliat-o pe mamă în privința măsurilor educative adecvate și a canalizării energiei creative a Anei spre scopuri constructive, cum ar fi înscrierea la cursuri de dans sau de teatru pentru copii. Fetița și-a dorit foarte mult să revină la cabinet și mi-a arătat cu ajutorul păpușilor și marionetelor toate jocurile pe care le-a inventat în timpul vacanței.

La sesiunea următoare mama îmi comunică că Ana nu a mai avut crize de negativism și își petrec mai mult timp împreună. A reînceput grădinița și o înscris-o la un cerc de balet unde este apreciată pentru talentul ei. Astfel, participând la activități care-i plac și o stimulează, Ana obține aprecierea și atenția de care are nevoie prin comportamente pozitive.

În camera de joc, Ana alege familia, zâna, fantoma și vrăjitorul. Realizează o poveste în care fetița este bătută de educatoare pentru că a plâns când a adus-o tatăl ei la grădiniță. Atunci copilul se supără și fuge de acasă.

Ajunge pe „Tărâmul celor răi” unde trăiesc fanteze, vrăjitori pe care-i bate și îi ucide. Apoi se duce pe „Tărâmul celor buni” unde se împrietenește cu Zâna și spiridușii. Aceștia îi îndeplinesc dorința de a avea camera ei (exprimarea nevoii de independență și de detașare de părinți). În final fetița se întoarce acasă și părinții o îmbrățișează și Ana este foarte încântată de jocul ei.

Găsesc acest joc foarte important pentru progresul terapeutic. La început Ana și-a exprimat revolta față de pedeapsă și pleacă să-și înfrunte singură viața. Își depășește fricile și impulsurile agresive ce apar simbolic pe „Tărâmul celor răi” pentru ca apoi să se întâlnească în mod metaforic cu resursele ei creative și cu nevoia de independență pe „Tărâmul celor buni”. Cu aceste resurse poate rezolva problemele pe care le întâlnește în viață. Un punct pozitiv este faptul că Ana nu mai simte nevoia să le atribuie părinților săi alte identități, iar modul în care îi aranjează în final este un semn că se simte iubită și protejată de ei. Se poate spune că pe măsură ce părinții și-au schimbat atitudinea și comportamentul față de copil, devenind mai eficienți în rolurile lor, Ana îi acceptă mai mult așa cum sunt.

Ultima întâlnire am avut-o peste două săptămâni. Ana și mama ei sunt vesele, calme, par să fi uitat de „balamucul” care le dădea acum câteva luni bătaie de cap și au acum o relație caldă, afectuoasă. Mama îmi povestește cu plăcere de cuvintele de laudă pe care le primește la adresa Anei de la educatoare și de la profesoara de balet. Discuția dintre noi se poartă acum pe un alt registru, mama fiind preocupată să-și perfecționeze rolul ei în familie.

Împreună cu Ana am jucat toate jocurile ce ne făceau la amândouă plăcere (puzzle, măști, marionete) - prilej de a ne bucura de relația noastră. Sfârșim întâlnirea într-o atmosferă caldă, de înțelegere tacită.

Atât mama cât și copilul sunt acum gata pentru finalul procesului terapeutic. Mama poate să-și joace eficient rolul, fiind mai empatică la nevoile și emoțiile fetiței ei, iar Ana este bine adaptată la mediul ei de viață. Nici una, nici cealaltă nu mai au nevoie de un suport exterior.

#### Comentarii finale:

În acest caz a avut prioritate consilierea mamei în privința modalităților mai eficiente de a se raporta la copil. Cu Ana am folosit metodele terapiei experiențiale (desen, joc, povestire) ajutând-o astfel să-și exprime inițial părerea despre situația ei, apoi sentimentele față de părinți, nevoile și dorințele ei pe care le-a transformat și integrat în final. Și-a recâștigat părinții folosindu-și în special resursele creative.

#### **II.5. Claudiu – blocajul auto-apărării sau despre tendințele contrarii și unificarea interioară**

Claudiu are 16 ani și s-a plâns de faptul că nu știe să riposteze în situațiile în care colegii mai brutali îl lovesc sau fac glume pe seama lui și simte o mare rezistență în a se bate cu cineva. În mica copilărie spune că era irascibil și bătaș, dar și-a reprimat aceste tendințe după un tratament psihiatric. El este un băiat inteligent, imaginativ, cu simțul umorului (a luat premiul întâi la un concurs de caricaturi), introvert, are puțini prieteni și se pierde în fața persoanelor autoritare. Îmi povestește că părinții și fratele mai mare nu au răbdare să-l sfătuiască și îi spun că ar trebui să se descurce singur, să fie mai matur, însă problema lui este că nu știe cum să facă asta.

Din testul „Desenul persoanei” observ că simte nevoia de a se afirma și impune în fața celorlalți, de a le câștiga respectul, însă se simte în același timp inadecvat și slab. Își reprimă furia și agresivitatea, se culpabilizează pentru aceste emoții și se refugiază în fantezie în mod compensator.

Într-una din primele sesiuni Claudiu declară că pe de-o parte ar vrea să se bată cu cei care îl jignesc, și pe de alta, nu. L-am ajutat să exprime și să conștientizeze contradicția dintre cele două părți din personalitatea lui pe care le-am numit „Partea Pașnică” și „Partea Violentă”. Este important pentru el să experimenteze cele două tendințe, în gestaltterapie fiind recunoscut faptul că „numai acceptând ceea ce este, persoana poate să se restructureze, să se reunifice, să învețe să discrimineze și să se autoasume, ceea ce permite reunificarea interiorului, repersonalizarea”.

Claudiu consideră că situația conflictuală dintre cele două părți din personalitatea lui nu are soluție de rezolvare. Am folosit tehnica scaunului gol pentru a-l sprijini să realizeze o reconciliere între părțile opuse. Reconcilierea conduce către integrarea părților, dar acesta este un proces delicat care poate dura mai mult timp și o intervenție forțată îl poate aliena. Luând drept suport două scaune alăturate, l-am rugat să-și imagineze că pe primul stă „Partea

Pașnică" și pe celălalt stă „Partea Violentă” și să inițieze un dialog între ele, așezându-se pe rând pe cele două scaune.

**Partea Pașnică:** „Când trebuie să mă bat cu cineva nu-mi vine să lovesc. Știu că ar trebui, dar se pare că nu am acest instinct în mine.”

**Partea Violentă:** (pe un ton autoritar) „Iar începi! Uite, așa faci mereu: nu poți să lovești, nu îți vine, sau ceva de genul ăsta. Dacă vrei cu tot dinadinsul să-i înveți minte pe nebunii ăia, lasă-mă pe mine și asta este tot ce poți să faci.”

**Partea Pașnică:** (pe un ton plângăreț) „Știi, nu știu dacă ar trebui, chiar nu știu. Dacă rămâi în control total, cum am să te opresc?... Dar altfel cum să-i învăț minte?... Cu vorbe, provocări sau distrageri nu poate să meargă la nesfârșit. Știu că ar trebui să te las, dar pur și simplu nu pot... Chiar că sunt într-o dilemă... Violența este semnul stupidității, dar și ei mă enervează.”

**Partea Violentă:** (nervos) „Ia mai liniștește-te! Mă calci pe nervi și nu am ce să-ți fac. Binele nu poate exista fără rău. Mereu te plângi și te afli în nu știu ce dileme, care ți se par a fi paradoxuri. Paradox-nimic! Are rezolvare și rezolvarea sunt eu.”

**Partea Pașnică:** „Știu că ai dreptate, dar nu în totalitate. Uite, vezi, eu nu mă plâng, ci numai îmi exprim punctul de vedere, la fel ca și tine. Cât despre paradoxuri nu știu ce să zic...”

**Partea Violentă:** (disprețuitor) „Bebeluşul... O, nu, iar începi cu dilemele tale cu tot... Ce o să faci, o să stai în banca ta tot restul vieții? O să-i duci pe toți cu vorba? Ce, te crezi Păcală? Crezi că toți sunt un Tândală? Maturizează-te! și pe deasupra, ar fi și cazul...”

**Partea Pașnică:** „Știu că ar fi cazul, dar...”

**Partea Violentă:** „Ce atâta vorbă, trage-i una lui Filip și gata!”

**Partea Pașnică:** „Hmm... Dar dacă nu merge?”

**Partea Violentă:** „Trage-i una!”

**Partea Pașnică:** „Dar dacă este rezistent la lovituri?”

**Partea Violentă:** (amuzat) „Trage-i una și o să fie OK!”

**Partea Pașnică:** „Nu știu cum să fac, în așa fel ca să nu am muștrări de conștiință după aceea.”

**Partea Violentă:** „Iar începi? Sau poate ți-e frică?”

**Partea Pașnică:** (pe un ton șoptit) „Mi-e și frică.”

L-am pus să amplifice această afirmație și să-și recunoască și să accepte frica în mod normal, ca pe orice altă emoție. Mi-a spus că nu voia să recunoască faptul că îi este frică pentru că acest lucru nu este demn de un băiat (prejudecata culturală ce îi limitează acceptarea de sine și-i dă o stare de neliniște interioară).

Am observat din dialogul celor două părți că nici una nu vrea să cedeze, însă Claudiu afirmă că ele sunt acum la egalitate în ceea ce privește puterea (înainte domina „Partea Pașnică”) și cel mai mare câștig este acela că au

discutat între ele. „Le-ar face bine să mai discute una cu cealaltă.” O altă idee desprinsă din dialog este aceea că „Partea Pașnică” controlează excesiv „Partea Violentă” pentru că se teme că aceasta, odată având controlul asupra personalității, ar fi de necontrolat, ar fi excesiv de agresivă, fără discernământ. Am discutat această credință care se dovedește a fi iratională (nu se bazează pe nimic real), și când a înțeles acest lucru s-a mai liniștit.

În următoarele sesiuni am folosit desenul pentru a exprima relația dintre cele două părți. Primul desen reprezintă un cerc (întregul personalității sale) împărțit în două jumătăți în care sunt închiși doi băieți cu înfățișare fizică identică (autoportrete). Cele două părți au forțe egale, joacă scanderenberg și înving pe rând. (v. note - desenul 16)

A urmat apoi o serie de alte șase desene ce le ilustrau pe cele două părți în conflict, luptându-se (v. note - desenul 17), pentru ca apoi să se privească în oglindă și fiecare o vede pe cealaltă, una este reflectarea celeilalte, fațete ale aceleiași medalii - moment important de insight, ceea ce-l conduce pe o treaptă superioară de autocunoaștere (v. note - desenul 18). Această înțelegere îl determină ca în următoarele desene să le reprezinte pe cele două părți prinse în același trunchi, acceptate a fi două tendințe ale aceleiași persoane (v. note - desenele 19 și 20). Ele se unesc complet în desenul 21 pentru a se integra în desenul 22, care reprezintă o persoană senină ce are pe umeri două personaje care reprezintă cele două tendințe - binele și răul. Este important de observat că în acest ultim desen el își controlează părțile și nu se mai reprezintă ca fiind câmpul lor de luptă, semn că a depășit conflictul. Astfel, nu se mai identifică cu nici una dintre cele două părți, și acceptă că poate avea atât tendințe pașnice cât și tendințe violente, însă el este mai mult decât atât. El este cel care le controlează și-și asumă responsabilitatea apariției uneia sau alteia. (v. note - desenele 16-22)

S-a produs ceea ce în gestalt-terapie se numește „schimbarea gestaltului”. Claudiu se acceptă ca persoană întreagă, își integrează polaritățile, nu se mai simte alienat. Aceasta îi dă o stare de bine, de siguranță interioară. S-a produs transformarea.

După patru luni de terapie, ce au cuprins și vacanța, a făcut spontan un desen în care cele două părți dădeau mâna la un Congres al ONU, înțelegându-se să conducă împreună în pace. (v. note - desenul 23) Am folosit din nou tehnica scaunului gol.

**Partea Pașnică:** (pe un ton calm, prietenesc) „Eu zic să ajungem la o înțelegere.”

**Partea Violentă:** „Și eu zic la fel. Hai să ne unim.”

**Partea Pașnică:** „Hai!”

**Terapeut:** „Ia o poziție care să arate că cele două părți sunt unite” (metafora posturală)



**Claudiu:** *Stă drept, cu picioarele puțin depărtate, într-o poziție ce exprimă siguranță și stabilitate.*

**T:** „Ce simți acum?”

**C:** „Putere.”

**T:** „Unde simți puterea în corp?”

**C:** „În piept.” (*zona emoțiilor*)

**T:** „Ce emoții trăiești acum?”

**C:** „Mă simt bine, sigur de mine, mulțumit.”

Claudiu îmi spune acum că nu-l mai preocupă certurile ce colegii săi. Dealtfel chiar a observat că nu mai sunt așa de agresivi „parcă s-au mai maturizat și ei”.

În următoarele întâlniri l-am ajutat să devină conștient de calitățile, de resursele sale interioare, pe care se poate baza pentru a-și îmbunătăți imaginea de sine, cum să se afirme și să se relaționeze mai bine cu colegii lui și să-și canalizeze umorul și simțul artistic în sens constructiv (de exemplu să colaboreze la revista școlii).

Ultima sesiune am rezervat-o explorării expectațiilor legate de viitor - cum se vede pe sine peste 10 ani. Are o imagine de sine pozitivă, simte că are încredere în el și are voința și ambiția de a realiza ceea ce-și propune.

#### Comentarii finale:

Am tradus stările inițiale de nemulțumire și frustrare ale lui Claudiu ca fiind determinate de un conflict între două tendințe sau părți opuse din personalitatea sa. Ceea ce am numit eu: „Partea Pașnică” și „Partea Violentă” ar fi corespondentul a ceea ce Fritz Perls (fondatorul gestalt-terapiei) a numit sciziune în personalitate între „câinele de rasă” și „câinele maidanez”. În concepția sa „câinele de rasă” necăjește și torturează „câinele maidanez” cu critici: „Tu trebuie să faci asta”, „Tu trebuie să faci aia”, „Tu trebuie să fii mai bun decât ești”. Acești „trebuie” sunt caracterizați în special prin terorism și un aer de justete. „Câinele de rasă” întodeauna știe ceea ce „câinele maidanez” trebuie să facă. „Câinele maidanez” este contraforța. El reacționează la „câinele de rasă” prin neajutorare, oboseală, joc, iritabilitate, uneori cu rebeliune, adesea necinstit și întodeauna ca un sabotor. Răspunsurile sale la cererile „câinelui de rasă” sunt „Eu nu pot”, „Da, dar...” (pe un ton plângăreț), „Poate mâine”, „Voi încerca”, „Sunt atât de obosit”. Aceste opoziții trăiesc o viață a frustrărilor mutuale și încearcă să se controleze una pe alta. Acest impas al luptei produce o stare de „paralizie”, istovire și o inabilitate de a trăi experiența în mod armonios cu întreaga ființă și blochează creșterea și dezvoltarea personală.

Demersul terapeutic a presupus punerea în evidență a acestui conflict interior pentru a-l ajuta pe Claudiu să realizeze reconcilierea și unirea lor în

combinații productive, să se influențeze reciproc în loc să-și consume energia într-o luptă lungă și inutilă.

Odată cu regăsirea echilibrului interior, lui Claudiu i-a crescut stima de sine și optimismul față de viitor.

## **II.6. Anca – o fetiță cu capul în nori sau Familia Plântuca**

Anca are 10 ani și este în clasa a 3-a. Mama ei a adus-o la cabinet pentru că este „leneșă”, cade în reverie în timp ce își face lecțiile, este neatentă, dezordonată și nu învață suficient de conștiincios.

Fetița a fost adoptată de la leagăn când era foarte mică, pentru că părinții nu au putut avea copii. Ea știe acest lucru și mama spune că nu a avut o reacție negativă când a aflat.

Relațiile dintre părinți sunt proaste pe toate planurile, de mai mulți ani, comunicând foarte puțin între ei. Tatăl a avut o copilărie foarte traumatizată: tatăl său era alcoolic și a asistat la dese conflicte între părinții săi. Acum este ursuz, interiorizat, necomunicativ, agitat uneori. Față de copil are o atitudine ambivalentă: uneori o jignește, alteori o alintă foarte mult, vorbește cu ea mai mult decât cu soția sa.

Mama este foarte activă, perfecționistă, autoritară. O nemulțumește permanent câte ceva la fată, o cicălește, dar o și alintă și o protejează când tatăl vrea s-o pedepsească.

Părinții au vrut de mai multe ori să divorțeze și au trăit o perioadă separați, dar în aceeași casă, perioadă debusolantă pentru copil.

Anca este veselă, inteligentă, are multă imaginație și rezultate școlare bune. Îi place mult să deseneze și să îngrijească animalele. Vrea să devină medic veterinar. Are un cățeluș pe care îl iubește foarte mult.

Mi-am dat seama că în acest caz este vorba de o problemă familială, de o cronicizare a relațiilor dizarmonice dintre soți, care în același timp o resping în mod inconstient pe fetiță. Pe de altă parte, am interpretat comportamentul Ancai ca pe o încercare simbolică de a atrage atenția și afecțiunea părinților și de a-i ține împreună. Chiar și tendința ei de a se alinta și comporta adesea ca un copil mai mic are acest scop. Imaturitatea afectivă și un sentiment mai redus al responsabilității par a fi singurele ei „probleme”.

Principalul obiectiv în timpul procesului terapeutic a fost s-o ajut pe Anca să se exprime, să-și folosească imaginația în mod creativ și să-i valorizez în ochii părinților calitățile pe care aceștia le ignorau.

În prima sesiune am întrebat-o pe Anca dacă obișnuiește să-și imagineze diferite povești atunci când cade în reverie. Mi-a spus că într-adevăr,



îi place să născocască povești cu animale și mi-a povestit o istorioară despre cățelușul ei. Povestește frumos și expresiv.

I-am spus să scrie în fiecare zi câte o astfel de istorioară și le vom strânge împreună pentru a realiza o carte pentru copii. A fost foarte încântată de această idee.

Apoi i-am spus să se deseneze pe ea, așa cum se simte acum. (v. note desenul 24)

A desenat o fetiță cu corpul asimetric, căreia îi lipsesc palmele și labele picioarelor. Am dedus de aici că Anca simte dezechilibrul, lipsa de armonie din relațiile dintre părinții ei și trăiește sentimente de inadecvare la situație, insecuritate și lipsă de autonomie.

În următoarea sesiune, Anca și-a desenat familia, unde era prezent și un băiețel, care mi-a spus că este cățelușul ei pe care îl consideră frățiorul ei. (v. note - desenul 25).

De „fratele” ei îi place cel mai mult dintre toți și cel mai puțin îi place de ea. Plecând de la acest punct, am inițiat un dialog, ajutând-o pe Anca să-și exprime părerile și sentimentele despre ea însăși:

**Terapeut:** „Ce te face să spui că îți place de tine cel mai puțin?”

**Anca:** „Câteodată sunt rea. Nu vreau să fac nimic. Așa îmi vine.”

**T:** „Ce simți când ești rea?”

**A:** „Că dacă cineva nu face ce vreau eu, sunt ei răi... Dar eu sunt rea.”  
(*sentiment de autoculpabilizare*)

**T:** „Poți să nu fii rea?”

**A:** „Câteodată.”

**T:** „Ce simți atunci?”

**A:** „Că trebuie să am încredere în mine.”

**T:** „Deci când ești rea nu ai încredere în tine.”

**A:** „Da.”

**T:** „Ce te face să spui asta?”

**A:** „Mi-e frică de ceva.”

**T:** „Știi de ce ți-e frică?”

**A:** „Nu... Din cauză... Dar câteodată sunt și neatentă. Mi-e capul în altă parte: la joacă, la cățelușul meu.”

Aflu astfel nu numai că Anca se teme pentru relația conflictuală a părinților săi, dar este posibil să se și culpabilizeze din această cauză („ei nu se înțeleg pentru că ea este rea”).

Fetița nu și-a exprimat verbal fricile, însă consider că este important faptul că s-a gândit la ele. Și în acest desen, Anca s-a reprezentat fără palme și fără labele picioarelor și se situează lângă tata, de care se simte mai aproape afectiv, el este cel care îi face daruri. Anca îmi spune că în desen toți sunt fericiți și fac o plimbare în parc.

În sesiunea următoare, Anca a pictat în mod spontan trei copaci și le-a dat titlul „Trei persoane.” (v. note - desenul 26)

Mi-a spus că sunt o familie: cel din mijloc, căruia i-a desenat și trunchiul este tatăl, cel din dreapta este mama și cel din stânga este copilul.

La îndemnul meu a imaginat următoarea poveste, plecând de la pictură: „A fost odată o familie care se numea Plântuca. Ea era formată dintr-un copac care era tatăl, înalt și un copăcel mai micuț (mama), iar copăcelul copil avea un an și-l chema Mesteacăn.

Tata îi apăra și îi păzește să nu îi ia cineva.

Într-o zi, când soarele strălucea, ei stăteau întinși la soare și cântau un cântec despre vară. A venit o oiță care dorea să-l pască pe copilul cel mic. Iar tatăl și-a fluturat energiile și a scos un zgomot, parcă era un lup, iar oița speriată a fugit în altă parte.

Copilul a învățat să-și apere și el copilul când va fi tată, iar toată familia care provenea din această familie a învățat să-și apere copiii cu propria viață.

Cei doi părinți vorbeau cum să-și îngrijească copilul cât mai bine ca să nu fie bolnav și să învețe cât mai mult de la ei și cum să facă ca toate plantele să fie respectate de oi, de lupi, de urși. Să nu le mai mănânce.

Copilul vorbea cu tatăl său cum învață la școală, ce a învățat nou, l-a rugat pe tatăl lui să îi dea bănuți ca să-și cumpere înghețată (apă din pământ). Tatăl îi dădea să își cumpere tot ce vroia, dar dacă nu-și făcea lecțiile bine și nu-l asculta, nu-i dădea.

Copilul și mama sa se duceau la plimbare, vorbeau cu păsărelele și cu vrăbiuțele, cu toți care își făceau cuibul în ei.

Erau prieteni cu toată lumea. Toți au trăit mult de tot.”

Din povestea sa, transpar părerile, gândurile și sentimentele trăite de Anca față de părinții ei. Este o imagine idilică, relațiile dintre membrii familiei sunt armonioase și tatăl este cel care îl apără și îl protejează pe copil. Interesant de observat este cum „boala” copilului îi ține aproape pe părinți (dorința Ancăi).

În sesiunea următoare, i-am spus să-și imagineze o poveste despre familia Plântuca în condițiile în care se pornise o furtună năprasnică în pădure.

Dupa câteva momente de gândire, mi-a relatat următoarea poveste:

„Era primăvară. Soarele strălucea și toate animalele erau fericite și bucuroase. Familia Plântuca era și ea fericită. Deodată, apărură mulți nori posomorâți și negri. Un vânt puternic străbătu pădurea. Artileria cerească își începu lupta. Mii de trăsnete și fulgere spintecau cerul. Familia Plântuca și-a strâns crengile ca o umbrelă. Copăcelul mic se legăna și deodată i de rupe o crenguță. Imediat mama i-a pus o frunză în loc de pansament. Toate animalele din pădure erau înspăimântate și se adăposteau sub familia Plântuca.

Tatăl copac, ca să nu li se întâmple ceva animalelor, își așeza toate crengile la un loc, în așa fel încât vijelia cea mai puternică nu mai putea străbate printre crengi.

Mama își apăra copilul ce plângea. Copilul nu putea să facă nimic. Tatăl îl apăra.

După o oră, artileria cerească își îndepărtă norii și totul reveni la viață.

Acum, văzând că soarele strălucește, iar norii erau departe de tot și nu mai bătea vântul așa de tare, sunt cu toții veseli."

Am exprimat prin furtuna din pădure, în mod metaforic, conflictele și tensiunile din familia Ancăi și am provocat-o să aibă o reacție la această situație, indirect, prin intermediul povestirii. Fetița a găsit o rezolvare fericită a situației problematice și tatăl era cel care, din nou, își apăra familia.

I-am citit cele două povești inventate de Anca mamei ei, contrabalansând astfel permanentele critici și exigențe pe care aceasta le are față de fetiță.

Anca a ascultat emoționată în timp ce am citit eu poveștile și apoi a mărturisit că nu i-a spus mamei nimic despre poveștile cu animale pentru că s-a temut de reacția ei.

La următoarea întâlnire, Anca a venit la cabinet cu tatăl său și i-am citit și lui cele două povești despre familia Plântuca.

A fost foarte impresionat și emoționat, nu-i venea să creadă că fiica sa le-a inventat.

Prin cele două povești metaforice am urmărit să realizez o comuniune emoțională între cei trei membrii ai familiei și să-i ajut pe părinți să înțeleagă sentimentele și ideile pe care le are Anca despre o familie ideală.

Cele două povești au avut într-adevăr un impact emoțional puternic asupra părinților Ancăi. Au realizat că Anca inventează povești frumoase în timp ce ei credeau că pierde timpul și nu este atentă la teme (schimbarea etichetei la problema cu care veniseră la cabinet).

Într-o altă sesiune, Anca a desenat familia sa sub formă de simboluri.

Mama apare ca un cerc, pentru că „mă protejează cel mai mult”, tata ca lup pentru că „și el mă protejează” și lupul e rău: „tata mă apără așa cum își apără lupul puii” și Anca s-a desenat ca fluture pentru că „sunt aeriană”. (v. note - desenul 27)

Plecând de la desen, a realizat o poveste numită „Prietenii”:

„Au fost odată un lup și un fluture. Odată ei au găsit în pădure un cerc care zburda și se tăvălea prin iarbă. Cei doi s-au împrietenit cu cercul și au devenit foarte buni prieteni. Ei au locuit împreună mulți ani și nu s-au despărțit niciodată.

Fluturașul le spune celorlalți doi să se joace cu el.”

Anca își exprimă astfel dorința de a fi întotdeauna împreună cu părinții ei și nevoia de a fi prieteni. Rolul ei este ca prin comportamentul său de joc, să îi apropie.

Într-o altă sesiune, am lucrat împreună cu mama și cu copilul tehnici nonverbale de comunicare.

Le-am spus să-și transmită pe rând, mai întâi cu ajutorul privirii, apoi cu mâinile, diferite stări afective, consemnul fiind de a recunoaște fiecare ceea ce-i transmitea cealaltă.

Cele mai multe stări au fost recunoscute corect. Mama s-a implicat serios în exercițiu, în schimb Anca a adoptat o atitudine infantilă, alintându-se.

Mamei i-a plăcut cel mai mult când Anca a transmis sentimentul „speranță”, iar fetei i-a plăcut când mama a transmis „dragoste”. Le-am ajutat să conștientizeze aceste lucruri și să se bazeze pe ele în relația lor de mai departe.

În ultima sesiune, am întrebat-o pe Anca la ce crede că i-au servit întâlnirile noastre.

Anca: „Ca să nu mai fiu cu capul în nori.”

Apoi a făcut un desen despre ea așa cum se simte acum.

A desenat mai îngrijit decât la început, corpul fetei este mai simetric, sunt prezente palmele și labele picioarelor. Este semn că are un mai bun control asupra mediului ei de viață și o mai mare autonomie. (v. note - desenul 28)

Am încheiat aici șirul întâlnirilor terapeutice ce au durat aproximativ trei luni, deoarece am observat că Anca începuse să adopte față de mine un comportament regresiv și nu mai apăreau elemente cu valoare terapeutică în discuțiile noastre.

### Comentarii finale

În acest caz, problema este în special una familială și din păcate tatăl nu a fost receptiv la psihoterapie. În schimb, comunicarea dintre mamă și fiică s-a îmbunătățit. Anca a devenit mai liniștită și mai puțin visătoare și a avut posibilitatea să-și exprime prin povești și desene multe din sentimentele, dorințele, credințele și gândurile ei.

Un efect al terapiei este ilustrat și în cele două desene de la începutul și sfârșitul terapiei.

Părinții au învățat să o privească pe Anca și altfel, i-au cunoscut și alte calități.

La o perioadă de patru luni de la terminarea terapiei, m-a sunat mama Ancăi și mi-a spus că fetița este tot la fel de dezordonată și „puțin motivată” pentru școală, însă și-a dat seama că toți colegii ei sunt la fel.

Cunoscând criticismul și perfecționismul mamei, am interpretat afirmația ca pe un progres în înțelegerea pe care o are față de copil.

## II.7. Diana – o terapie centrată pe maturizarea emoțională

Când am cunoscut-o pe Diana, avea șase ani și jumătate și mergea la grădiniță. Copil unic, răsfățată și hiperprotejată de întreaga familie, ea nu putea să-și asume responsabilitățile vârstei ei și dezvoltă în ultima perioadă, ca răspuns la solicitările mediului, un comportament regresiv (enurezis, dependență exagerată de membrii familiei în tot ceea ce făcea, dorința obsesivă de a fi hrănită la sân de mama ei). La grădiniță era foarte puțin sociabilă, timidă, retrasă, necomunicativă. Participa puțin la activitățile de grup și era foarte anxioasă în relație cu persoanele necunoscute, având o inițiativă redusă.

În spatele acestor comportamente am intuit existența unei mari insecurități, o imagine de sine vag conturată și imaturitate psihoemoțională.

Părinții s-au adresat terapeutului pentru a fi sprijiniți în a face față stării prezente a Dianei, deoarece se temeau că va începe școala peste câteva luni și nu se va putea descurca.

La prima întâlnire, Diana este foarte timidă, reținută. Ea știe că a venit la cabinet pentru că mama vrea să afle dacă poate să o lase singură în tabără.

A vrut să facă un desen și a realizat un iepuraș pe care l-a numit „Fricosul”. Apoi, la sugestia mea, i-a desenat și familia: tata, mama care ține un bebeluș în brațe numit „Sugaciu”, frați și surori care erau la casa lor, se descurcau singuri. A inventat o poveste despre ei. Spune că i-ar plăcea să fie Sugaciu, pentru că toți au grijă de el și mama îl ține în brațe toată ziua. Descrie cu plăcere, foarte implicată, cum toți din familie au grijă de Sugaciu: surorile îi încălzesc biberonul cu lapte, un frate îi dă o căciuliță, altul un scutec curat, iar când mama obosește îl iau surorile în brațe. De Fricosul are grijă tatăl, leproiul. (v. note - desenul 29)

Prin intermediul desenului și a poveștii, Diana vorbește despre poziția ei în familie, de nevoia ei de a fi mereu protejată, de frica de abandon. Îi este ușor astfel să-mi spună că și ea ar vrea să sugă de la sân și „nu vrea” să înțeleagă că nu se poate acest lucru.

Am ajutat-o să exprime această nevoie a ei fără să o judec, deoarece știam că vorbind deschis despre sentimente mai puțin acceptate de anturaj ea va putea, datorită alianței terapeutice, să găsească noi modalități de a fi, de a face față mediului. Cum altfel ar putea să dea glas acestor dorințe ascunse pe care le simte ca fiind inadecvate vârstei ei, decât prin intermediul metaforei?

**Terapeut:** „Diana, când tu îmi povestești despre acest iepuraș Sugaciu, eu mă gândesc că tu ai vrea să fii încă un bebeluș și chiar că există un bebeluș în tine care nu ar vrea să crească și care dorește să sugă”.

Diana se luminează în acest moment la față (semn că se simte înțeleasă sau se înțelege pe sine) și îmi spune că s-a gândit la acest lucru, dar nu a spus nimănui. I-am propus să-l deseneze pe acest bebeluș (care simboliza nevoia ei de a fi mică). (v. note – desenul 30)

Realizând acest desen Diana s-a defocalizat de pe problema ei, putând să o privească mai obiectiv.

**Terapeut:** „Bine. Acum spune-mi ceva despre el.”

**Diana:** „Îl cheamă Petrișor și plânge tot timpul, vrea să sugă. Deasupra lui este o mână care-i dă un biberon.”

**T:** „Acum imaginează-ți că tu ești Petrișor. Ce spui?”

**D:** „Eu sunt un bebeluș care vreau să fiu îngrijit.”

**T:** „Bine. Diana, ai auzit ce a spus Petrișor. Vreau să-ți propun să-l îngrijești și să-l ajuți să crească și el mare ca tine. Vrei?”

**D:** „Da.” (cu încântare)

**T:** „Bine. Acum am să te rog să-i spui trei motive pentru care merită să fii mare.”

**D:** „Să mergi la școală, să scrii și să citești.”

**T:** „Crezi că l-ai convins să vrea să crească?”

**D:** „Da.”

**T:** „Bine. Atunci de astăzi tu ai ca sarcină să-l îngrijești și să-l convingi să crească.”

Așa a apărut personajul Petrișor, metafora acelei părți din Diana care refuza să crească. Metafora a disociat-o din realitatea sa pentru a o plasa într-una nouă, unde posibilitățile prind formă. Ea poate astfel să treacă rapid de la o realitate la alta, de la realitatea sa la cea a metaforei pentru o mai bună învățare a supleței și lejerității în gândire, care permit creativitatea. Acest sentiment al identificării cu metafora, conține puterea ei transformatoare – spunea Gordon (1978).

Prin jocul de a-l lua în grijă pe Petrișor, Diana își asumă de fapt responsabilitatea propriei creșteri și maturizări și-și stimulează inițiativa și creativitatea în a găsi noi soluții de adaptare la mediu.

Venise la cabinet ca un copil dependent și neajutorat și pleca cu o responsabilitate, cu o stimă mai mare de sine. Acesta este motivul pentru care la sfârșitul sesiunii Diana este veselă, degajată și foarte volubilă.

La următoarea întâlnire Diana este dornică să vorbească despre desenul cu Petrișor. A adus o rețetă cu hrană pentru bebeluși, scrisă de ea acasă și spune că ar vrea să aibe în prezența mea un dialog cu Petrișor, prin care să-l

convingă să mănânce ceea ce i-a pregătit. Îmi mai spune că nu a reușit să facă acest lucru acasă și nu a putut să-l împiedice să vrea să sugă.

Are un joc în care „discuta” cu Petrișor și-l convinge să mănânce mâncarea pentru bebeluși.

În sesiunea următoare, Diana este foarte reținută, interiorizată, necomunicativă. Mama îmi spune că acasă este negativistă, refuză să vină la masă, să aibe cea mai mică responsabilitate, motivând că ea nu poate să facă nimic, nu vrea să crească și devine furioasă (tipă, face reproșuri) când nu i se face pe plac.

Schimbarea poate fi uneori dureroasă și copilul trebuie să fie convins că nu este nici un pericol să renunțe la vechile comportamente pentru altele noi și că acestea din urmă îi vor putea da chiar mai multe satisfacții și mulțumiri.

Era limpede că Diana atinsese o astfel de limită în schimbare. Comportamentele descrise de părinți erau mărturia unei anxietăți de separare, de pierdere pe care o simțea copilul.

Pentru că nu avea chef să vorbească, nu am forțat-o și i-am propus să jucăm puzzle împreună. Acceptă și timp de 30 minute colaborăm în tăcere în găsirea bucăților de puzzle și realizăm câteva planșe. Am observat că are o bună capacitate de concentrare a atenției și este meticuloasă și bine implicată în sarcină. I-am comunicat această impresie a mea și a zâmbit mulțumită.

Apoi a vrut să-l deseneze pe Petrișor care, spune ea, a mai crescut pentru că a vrut să mănânce. (v. note - desenul 31)

În această sesiune pare să nu se fi întâmplat nimic important, dar eu și Diana am fost împreună, ne-am consolidat relația.

Ea s-a simțit acceptată și neobligată să joace un anumit rol doar pentru a face plăcere adultului din fața ei, așa cum i se întâmplă în viața obișnuită.

La următoarea întâlnire Diana are un nou tonus: este volubilă, îmi arată desenele și lucrările ei de la grădiniță. O laud pentru modul în care folosește culorile și pentru simțul artistic deosebit.

Apoi îl desenează pe bebelușul Petrișor, care mai vrea încă să sugă lapte, însă ea i-a spus că acest lucru nu se poate și „i-a cumpărat” o acadea – suzeta pe care „i-a băgat-o” în gură ca să-l facă să tacă. (Dealtfel și ei îi cumpărase mama o astfel de acadea).

Spune că Petrișor are acum trei ani și vorbește aproape la fel de bine ca și ea. Se îmbracă singur, dar nu foarte corect și îl învață să meargă cu patinele cu roțile. L-a convins să crească povestindu-i despre școală și dându-i încredere că va învăța să citească diferite cărți.

A desenat lângă el și o cană mare, în care i-a pregătit mâncare pe care l-a lăsat să o mănânce singur. (v. note - desenul 32)

Observ cum Diana joacă față de acest personaj Petrișor (copilul mic din ea) rolul de părinte grijuliu și protector, ceea ce arată o diversitate a rolurilor, o mai bună sănătate psihică.

Îmi povestește apoi cum își îngrijește broscuțele țestoase, că preferă să privească la TV filme, nu desene animate pentru copii și poate să stea singură în casă, vrând parcă să se afirme ca un copil mare.

În acesta întâlnire, Diana vorbește despre două tendințe, dorințe ale sale: pe de o parte aceea de a fi mică și pe de altă parte aceea de a fi mare și responsabilă. Încă nu îi este limpede pe care să o aleagă și în consecință oscilează între ele.

Sesiunea următoare, părinții îmi comunică că sunt mulțumiți de comportamentul fetei din ultimul timp (o săptămână): nu a mai făcut crize afective, și-a făcut duș singură și are o mai bună toleranță la frustrare.

Vrând să testez modalitatea prin care Diana face față unei situații stresante de viață, îi propun un exercițiu de vizualizare.

**Terapeut:** „Închide ochii și imaginează-ți o mare pe care plutește un vapor... Dintr-o dată începe o furtună puternică. Vântul bate din ce în ce mai tare, începe să plouă, fulgeră, valurile izbesc vaporul vrând să-l scufunde. ... Ce se întâmplă cu vaporul?”

... Imaginează-ți că tu ai fi acest vapor, ce faci acum?”

**Diana:** „Vaporul vrea să fugă acasă, să scape de furtună. El este mic, furtuna ar putea să-l distrugă. Acasă stă în pat, bea un ceai fierbinte ca să nu răcească.”

**T:** „Apoi ce face?”

**D:** „Stă legat cu o curea de casă ca să nu i se întâmple nimic rău și va pluti pe lacul de lângă casă.”

Cele spuse de Diana mă fac să mă gândesc că se simte speriată în fața situațiilor necunoscute și caută să se refugieze în protecția mediului familial de care este încă foarte dependentă. Aceasta este cauza pentru care nu poate evolua.

Ipoteza aceasta îmi este confirmată de mama ei în sesiunea următoare. Ea îmi povestește că Diana este mai deschisă cu membrii familiei, însă foarte necomunicativă cu persoanele necunoscute.

Am pornit să explorez această situație împreună cu Diana.

**Terapeut:** „Ce se întâmplă cu tine de nu vrei să vorbești cu persoanele necunoscute cu care intri în relație?”

**Diana:** „Îmi este frică. Când trebuie să răspund la ce mă întreabă, parcă îmi îngheață limba și nu pot să vorbesc.”

**T:** „Asta ți se întâmplă mai des cu adulții sau cu copiii?”

**D:** „Mai mult cu copiii.”

**T:** „La școală cum ai să te împrietenești cu colegii?”

D: „Nu mă împrietenesc cu ei. Dacă ei vor să vorbească cu mine vorbesc și eu cu ei, dar cu cei de care îmi place. Cu ceilalți nu vorbesc.”

Într-o sesiune anterioară îmi vorbise despre faptul că-i considera prieteni doar pe copiii care-i fac diferite servicii sau sunt foarte drăguți cu ea.

Auzind ce-și propune Diana, am hotărât să lucrăm cu această frică folosindu-ne de tehnica desenului metaforic. Diana trebuie să deseneze în colțul din stânga jos al foi de hârtie Frica ei, în colțul din dreapta sus, cum arăta situația când nu-i mai este frică să vorbească cu ceilalți și la mijloc un personaj care să o ajute să scape de frică. (v. note - desenul 33)

Am rugat-o apoi să facă o poveste pornind de la aceste desene. Mi-a spus că Frica are mai multe perechi de mâini. Cu o mână o apasă pe ea, îi pune un inel și-i blochează gura și cu mâinile de rezervă o bate dacă vrea să vorbească cu ceilalți.

Curajul vine în ajutorul ei și îi ia Fricii mâinile de rezervă, păstrând pentru el una și pe cealaltă i-o dă Diane împreună cu o pălărie fermecată. Diana îi pune un inel la gura Fricii (pe care o pitește în pălăria oferită de Curaj), o taie și o trimite în munți.

Frica se plictisește însă în munți pentru că acolo nu sunt oameni și vrea să vină în lume, dar are de traversat o apă mare și se întunecă. Ea are un copil căruia îi dă pălăria, mâinile de rezervă și o mânășă bună pe care să și-o pună la gură ca să nu înghită apă. Dar această nouă Frică nu îndrăznește să treacă apa și rămâne acolo în munți (și ei îi este frică!). Astfel Diana scapă de ea.

**Terapeut:** „Cum te vei descurca fără ea? Ce vei face?”

**Diana:** „Voi vorbi cu ceilalți oameni. Nu o să-mi mai fie frică.”

**T:** „Bine. Atunci îți propun ca până ne vedem săptămâna viitoare să observi cum o să te descurci fără Frica.”

Evident că nu mă așteptam ca în urma acestei sesiuni Diana să se transforme într-un copil îndrăzneț și foarte comunicativ în relațiile cu ceilalți. Anxietatea ei socială se baza pe conflicte interioare mai profunde, ce trebuie descoperite și analizate cu grijă, în timp.

Desenul și povestirea metaforică au ajutat-o însă pe de o parte să-și obiectiveze frica, disociindu-se de ea și apoi ajungând să o controleze. Pe de altă parte, a ajutat-o să aibă acces la resursele și abilitățile ei interioare, care odată activate o vor ajuta să găsească moduri mai flexibile de a se raporta la ceilalți, să iasă din rolul ei și să-i dea încredere că există și o stare de „mai bine” atunci când scapă de frică.

La următoarea întâlnire, părinții îmi comunică că Diana are o stare generală mai bună, nu a mai vrut să sugă, își asumă diferite responsabilități pe

care înainte le refuza, nu mai este la fel de mofturoasă. Enurezisul dispăruse încă din prima perioadă a terapiei.

În paralel, Diana îl desenează pe Petrișor care are acum patru ani, mănâncă bine, nu mai vrea lapte din biberon și o poate uide pe Frica. (v. note - desenul 34, 35)

Următoarele întâlniri le-am avut după vacanța de vară. Starea de bine s-a menținut, Diana se comportă ca un copil mare și chiar refuză ajutorul părinților în activitățile pe care le poate face singură.

Trei sesiuni au fost centrate pe pregătirea pentru începutul clasei întii. Ne-am folosit de jocul „școala” pentru a-i oferi ocazia să-și exprime temerile legate de începutul școlii, de întâlnirea cu colegii. I-am permis să-și pună întrebări și am răspuns împreună la ele.

Într-una din întâlniri am folosit „jocul animalelor” și tema jocului era următoarea: toate animalele erau prietene (fiind perechi, semănau) numai ursul-panda rămăsese singur. Am încurajat-o să ghideze jocul în direcția găsirii de prieteni de către acesta. Unele animale nu vroiau să fie prietene cu el fiindcă „nu semănau”. Elefanții și rinocerul au vrut să-l cunoască însă ursul-panda s-a speriat când rinocerul, vrând să se joace cu el, l-a trântit. După aceea „au mai discutat”, ursul și-a dat seama că rinocerul nu are rele intenții ci doar este mai expansiv din fire și au devenit prieteni. Cimpanzeii vroiau să se împrietenescă cu el însă urangutanul, care făcea parte din același grup, l-a respins brutal. Apoi toate maimuțele au venit în vizită la ursul-panda și urangutanul, regretând ceea ce a făcut, și-a cerut scuze și au devenit cu toții prieteni buni.

Astfel ursul-panda, care era singur la început, și-a găsit prieteni: pe unii mai ușor și pe alții mai greu.

Morala: dacă ești perseverent și nu te sperii ușor de eventualele respingeri îți poți găsi prieteni și nu te vei mai simți singur și diferit.

Apoi am realizat o paralelă între ceea ce i s-a întâmplat ursului-panda în joc și ceea ce o să trăiască Diana la școală unde nu va cunoaște nici un copil. Am discutat modalitățile prin care poate să-și facă prieteni printre noii colegi. Crede că o să reușească.

La începutul clasei întâi, Diana a plâns puțin dar s-a adaptat mai repede decât credeau părinții ei la începutul terapiei. Mergea cu plăcere la școală, învăța cu ușurință însă era timidă și reținută în relațiile cu învățătoarea și colegii. În clasă vorbea foarte încet, având o mare teamă de a se afirma, era mai puțin activă decât ceilalți copii și nu răspundea decât întrebată.

Încerca să facă față cât mai bine cerințelor școlii (schimbare stresantă în viața ei) însă emoțional nu era încă pregătită. Din acest motiv Diana are tendința, în mod compensator, să aibă acasă un comportament regresiv: o bate

la cap pe mama ei s-o lase să mănânce din biberon sau să-i pună pampersi, „ca să văd cum este”.

De asemenea tot ca mecanism de apărare își folosea, în acest moment, refugiul în fantezie. Într-una din întâlniri mi-a spus că are și alți prieteni imaginari: pe Trompișor, care „face diferite năzbâtii și ascunde lucruri pe sub pat”, Ochișor care „este în capul meu și când mă plictisesc răstoiește cărțile din bibliotecă” și Jucăușul care „vrea să se joace și nu-i place școala”. Este interesant că toți au șapte ani ca și ea. (v. note - desenul 36)

După ce am lăsat-o să vorbească cu pasiune despre aceste personaje, am ajutat-o să facă diferența dintre realitate și imaginație precizând faptul că ei țin de imaginație. Și pentru că Petrișor „împlinise” șapte ani am considerat necesar să ne dispersăm de el, nemaifiindu-ne util în demersul terapeutic. Diana mi-a venit în întâmpinare când mi-a spus că vrea să scrie noi rețete cu mâncare pentru Petrișor ca să nu mai vrea lapte din biberon. Am rugat-o să-și imagineze că-i dă mâncarea pentru că el trăiește în imaginația sa și nu-i poate cere să se poarte într-un anume fel (mama sa îmi spusese la începutul întâlnirii că Diana obișnuiește să spună că Petrișor o pune să ceară biberonul și pampersi).

Am sesizat în acest moment pericolul de a lucra cu Diana centrat pe metaforă și am stabilit ca obiectiv pentru următoarele sesiuni direcționarea dinspre imaginar spre realitate. O metodă a fost aceea de a o ajuta să aibă un mai bun contact cu prezentul ei observând cu atenție ce se întâmplă la școală (de obicei nu făcea acest lucru) și să-mi descrie amănunțit când ne întâlnim: ce făceau colegii ei în pauze, cum veneau îmbrăcați la școală, cum arătau. Am exersat capacitatea de observație în cabinet întrecându-ne care dintre noi vede mai multe obiecte în cinci secunde, distinge mai multe culori diferite, privind pe fereastră, sau aude mai multe sunete, încercând să ascultăm ceea ce poate veni de aproape și de foarte departe. Ne-am jucat și cu pipăitul și Diana a descoperit cât de multe lucruri poate afla doar atingând diferite obiecte. Modelajul din lut a fost util pentru exersarea funcțiilor tactile și kinestezice.

Cu experiențele senzoriale am ajutat-o pe Diana să devină mai conștientă de sine în prezent, iar aceasta a antrenat un mai bun contact cu mediul său de viață și cu oamenii.

Tot în această perioadă, Diana a făcut un desen numit „Lumea mea” în care a reprezentat luna, soarele, un curcubeu, nori diversi colorați și multe stele. Spune că luna era mama și are grijă de această lume așa cum mama ei are grijă de ea. Apoi a desenat drumurile pe care stelutele merg la lună și povestea care a urmat o avea ca punct central. (reflecta și dependența Diane față de mama sa) (v. note - desenul 37)

Acest desen poate fi o reprezentare metaforică a familiei Diane: simbolurile materne sunt ploaia și luna, cele paterne soarele și stelele, în timp ce copilul este reprezentat de curcubeu (acesta născându-se din ploaie și soare)

dar și o reprezentare a universului ei interior, a atracției ei spre poezie și fantezie. A doua ipoteză îmi este confirmată când Diana îmi spune că se simte foarte bine în această lume a ei și ar dori să intre în ea mai ales la școală când se plictisește. Însă odată și-a exprimat dorința de a se proteja de dificultățile pe care le întâmpina acum în viață prin refugiul într-o lume imaginară care este mai acceptabilă și îi dă mai multe satisfacții. Pentru că această dorință a sa avea un risc, am încercat să o fac să înțeleagă care este pericolul de a fugi de realitate. A fost uimită când a aflat că toți oamenii au câte o lume imaginară pe care o poartă permanent cu ei însă, pentru a se adapta cât mai bine la școală, la serviciu, în familie, este necesar să trăiască cât mai bine în lumea concretă, reală. Când i-am amintit de oamenii care vorbesc singuri pe stradă, pentru că s-au pierdut în lumea lor interioară, s-a convins să renunțe să mai fugă în imaginar.

**Diana:** „Deci dacă intru în lumea mea și vorbesc singură la școală, ceilalți mă cred nebună?”

**Terapeut:** „Exact. Ai înțeles bine.” (oftez ușurată)

În sesiunea care a urmat acestui dialog i-am cerut Diane să se deseneze pe ea în relație cu „lumea imaginară” și „lumea reală”, a vieții ei de zi cu zi. (v. note - desenul 38)

Lumea imaginară este foarte colorată în timp ce lumea reală este desenată cu creion negru, este mult mai monotona și plină de anxietate.

**Terapeut:** „Observ că ai desenat mai puțin colorat lumea ta reală. Asta mă face să cred că-ți place mai puțin aici decât în cealaltă.”

**Diana:** „Da. Așa este.”

Am rugat-o apoi să vorbească despre acest lucru.

Mi-a spus că învață bine, însă la școală nu are prieteni, se teme că va fi respinsă de colegi deși își dorește să comunice cu ei și nu vorbește mai tare în clasă pentru că se teme că poate greși și ceilalți vor râde de ea.

În următoarele întâlniri am dramatizat, cu ajutorul jucăriilor, diferite situații de la școală prin care Diana învață să aibă reacții mai adecvate și să se afirme mai mult. I-am canalizat și imaginația învățând-o să inventeze povești și jocuri.

Tot acest demers a făcut ca până la sfârșitul clasei întâi Diana a reușit să fie mai puțin anxioasă la școală, să aibă mai multă inițiativă în petrecerea timpului liber și mai multă încredere în sine, să realizeze un echilibru mai sănătos între real și imaginar. Însă continuă să aibă relații sărace cu colegii, să aibă inhibiții și dificultăți de comunicare cu ceilalți.

S-a maturizat emoțional și mi-a spus că nu s-a mai gândit de mult la Petrișor, nu mai are nevoie de el. L-a desenat spunându-mi că are acum opt ani și este de fapt ea. (v. note - desenul 39)



Următoarele întâlniri le-am avut când Diana începuse clasa a doua.

Acasă era foarte comunicativă își afirma ideile și nevoile, avea mai multe responsabilități și era mai puțin dependentă de anturaj, deși avea momente când nu este sigură de sine. La școală continua să fie timidă, retrasă și nu avea decât o singură prietenă, față de care avea o atitudine submisivă.

Am stabilit ca obiective pentru această etapă a terapiei: creșterea stimei de sine, creșterea afirmativității la școală și învățarea unor modalități mai bune de comunicare cu colegii.

Am folosit mai multe metode, cele mai utile dovedindu-se a fi: experiențele de mișcare corporală, de respirație și relaxare (imaginea corporală este un aspect important al acceptării de sine), desenul autoportretului, recitarea de poezii cu expresii diferite în timp ce se privea în oglindă (asta fiindcă o speria faptul de a recita la serbare), exerciții de exprimare a propriilor opinii, dorințelor, a ceea ce-i place și a ceea ce nu-i place. Am mimat și situații de luptă fizică în care ea trebuia să se apere și chiar a observat că are mai multă forță decât credea și știe bine să riposteze. A putut astfel să exprime și agresivitatea pe care și-o reprimă în relațiile interpersonale cu costul unei submisivități care nu o mulțumea.

Am lucrat în această manieră opt sesiuni pe parcursul a câteva luni, după care am observat cu toții schimbări în comportamentul ei, în direcția pe care mi-o propusesem. Realizând un desen intitulat „Cum mă simt acum”, Diana s-a reprezentat pe sine într-o grădină plină cu flori de primăvară, iar cerul bogat colorat coboara până la flori. (v. note - desenul 40)

Spune că se simte bine și fetița din desen are 9 ani, mai mult decât ea (nevoia de autovalorizare). (v. note - desenul 41)

Mai departe Diana și-a făcut autoterapie. Le-a cerut părinților să o lase la semiinternat pentru a fi împreună cu colegii ei, „acasă nu am copii cu care să mă joc”. Aici s-a integrat bine, și-a făcut noi prieteni, deși nu este prea vorbărească.

A început să urmeze cursurile unui cerc de teatru pentru copii unde lucrează multe exerciții de comunicare și dramatizări împreună cu ceilalți. Inițial i-a fost foarte dificil să realizeze ceea ce i se cerea însă nu dorea să renunțe (pas foarte important în maturizarea sa). Ne-am mai întâlnit de câteva ori în această perioadă și am exersat împreună diferite tehnici de expresivitate corporală și verbală, imitarea unor animale, dans pe ritmul tobelor africane (inițial era foarte blocată corporal) și am inventat povești, pentru a o ajuta să devină o „actriță bună”.

Toate acestea împreună au făcut ca la sfârșitul clasei a doua Diana să fie mult mai deschisă, comunicativă, cu mai multă inițiativă și imaginație și lucrul cel mai important: are prieteni.

Diana are acum nouă ani și este clasa a treia. A ales să rămână la semiinternat și-mi povestește cu mândrie cum îi ajută pe copiii mai mici la teme. Continuă să meargă cu plăcere la cursul de teatru unde a progresat în ceea ce privește sociabilitatea și creativitatea relațională. Acasă se comportă ca un copil responsabil și părinții sunt mândri de modul în care a crescut.

La ultima întâlnire i-am spus că vreau să scriu despre ea într-o carte și am rugat-o să se gândească cum au ajutat-o întâlnirile noastre. Mi-a răspuns repede: „Mă descurc mai bine la cursul de actorie. Vorbesc mai mult cu copiii, nu-mi mai este frică de unii copii. (zâmbește) Am alungat frica... Mi-a plăcut despre ce am discutat, cum ne-am jucat. Desenez mai frumos. Îmi vin idei ce să fac când mă plictisesc. Am învățat să mă joc cu jucăriile mai frumos... și cam atât.”

Și pentru că Diana este și poetă mi-a dăruit două poezii și un desen pentru cartea mea. Le scriu mai jos:

#### *Steluțe*

*De pe pământ mi se părea că stelele sunt colorate.*

*Mi se părea că sunt roșii și verzi.*

*Mi se părea că vorbesc între ele.*

*Oare ce spun?*

*Un nor albastru a acoperit stelele.*

*Acel nor era de ploaie*

*El spunea că va veni ploaia.*

#### *Norișorii*

*Pe cer erau niște norișori*

*Ei spuneau:*

*-Va începe ploaia.*

*-Când va veni ploaia? Am întrebat eu.*

*-Nu știu. A spus unul dintre ei.*

*-Cind vom vrea noi. A raspuns celalalt.*

(v. note - desenul 42)

#### Comentarii finale:

Diana a fost în terapie un an și jumătate. Fiind la început un copil cu o mare imaturitate emoțională, nesigur, dependent și interiorizat. Prima parte a terapiei am lucrat folosind un stil nedirectiv oferit de metaforă și tehnicile

expresive (desen, povestit, dramatizare). După ce a câștigat o mai mare maturizare emoțională, renunțând la comportamentele regresive, și cum accentul prea puternic pus pe imaginație devenise periculos pentru echilibrul psihologic al Dianei, am început să folosesc experiențele senzoriale. Acestea, împreună cu lucrul asupra imaginii corporale și afirmativității au ajutat-o să dobândească o mai mare siguranță de sine și modalități mai bune de contactare a realității ei.

Am ajutat-o prin dramatizări, joc de rol și tehnici de rezolvare a problemelor să se adapteze mai bine la schimbările care au survenit în viața sa în decursul timpului: începutul școlii, relația cu colegii, cercul de teatru.

Ultima parte a terapiei a fost centrată pe dezvoltarea personală și asistarea Dianei în procesul normal de creștere.

Consider că în cazul ei demersul terapeutic a fost complet și datorită sprijinului dat de către părinți. Ei nu numai că au fost foarte receptivi în a urma sugestiile mele, ci au și pregătit-o pe Diana pentru terapie, astfel că la fiecare întâlnire ea venea deschisă și încrezătoare.

## II.8. Cosmin – „Sunt furios pe tine, tată!”

Cosmin, în vârstă de 12 ani, a fost îndrumat spre psihoterapie de către medicul dermatolog. El suferea de aproape 2 ani de pelada afazică (notă: tulburare dermatologică care se manifestă prin căderea părului pe anumite porțiuni), ce nu se vindecase încă prin tratament medicamentos.

Rezultatele școlare erau slabe, sub nivelul capacităților sale intelectuale (QI=120). Prezenta instabilitate psihomotorie, nervozitate și agresivitate în relațiile cu cei din familie și colegii de școală.

Dermatologul le-a atras atenția părinților că pelada nu se va vindeca decât în măsura în care băiatul va fi mai puțin nervos și agresiv.

Cosmin are, de asemenea, o soră mai mică, pe care este gelos datorită preferinței predilecte a tatălui pentru ea. Tatăl are tendința de a acorda mai multă afecțiune fetei, pedepsind-o mai puțin și recompensând-o mai mult. El are serviciul în altă localitate și vine acasă doar la sfârșit de săptămână, când îl pedepsește, de obicei, pe băiat pentru că nu învață bine la școală și nu este ascultător.

În schimb, mama este echidistantă față de copii și afirmă că soțul ei este îngrijorat de tulburarea dermatologică a lui Cosmin și dorește să-l ajute să se vindece.

La interviul preliminar, Cosmin a fost pasiv în discuție, fără însă a se opune relației terapeutice. În testul familiei, el îi desenează pe părinți cu brațele

deschise către sora lui Laura, în timp ce el stă mai departe retras și supărat. Aceste indicii au fost utile pentru ca să înțeleg rapid relațiile din familie. (v. note - desenul 43)

I-am explicat mamei cum își percepe Cosmin situația și cât de important este ca tatăl să-și găsească timp pentru Cosmin, să-i arate încredere și să-l trateze ca „de la bărbat la bărbat”. De fapt, băiatul nu mai spera ca tatăl să-i mai acorde vreo atenție.

Ipoteza de la care am plecat a fost că starea lui Cosmin se datorează deopotrivă crizei puberale, dar și rivalității fraterne și relației cu tatăl. Ca un amănunt în plus, băiatul începuse să dea și semne de complexare datorită aspectului său fizic.

Obiectivele terapeutice definite au fost:

- schimbarea tipului de relație dintre tată și copil, deoarece conflictele dintre ei întrețineau tulburarea comportamentală a băiatului.
- facilitarea exprimării și conștientizarea sentimentelor negative prin tehnici expresive.

În prima sesiune, l-am rugat să-și deseneze starea de furie. A desenat un vulcan în erupție, cu lavă de culoare roșie și mi-a spus că atunci când este nervos îi vine să explodeze. (v. note - desenul 44)

La următoarea întâlnire ne-am centrat pe relația cu tatăl.

**Cosmin:** „Eu cred că el vrea să fiu așa cum a fost el, dar eu îl am pe... Tata a fost crescut numai de bunica de la vârsta de 8 ani. Nu a avut tată. Nu știu cum să zic...”

**Terapeut:** „Vrei să spui că tatăl tău vrea ca tu să trăiești ca neavând tată și totuși să ai?”

**C:** „Cam așa ceva...”

**T:** „Cu tată și fără tată în același timp?”

**C:** „Da.”

**T:** „Înțeleg că tatăl tău, neavând tată, nu a învățat cum să aibe o relație bună cu fiul său, însă chiar dacă tu nu crezi, el vrea să se apropie de tine ca de un fiu. Poți să sperî că o să o faci pentru a te ajuta să nu mai ai boala dermatologică... Poate chiar boala te va ajuta pe tine și pe tatăl tău să vă apropiați mai mult... Gândește-te că sunteți ca doi oameni care au fost despărțiți mult timp și acum încep să se redescopere.” (Înainte de acest dialog, întrebându-l despre care credea că ar fi soluția la problema sa, mi-a răspuns: „Tata să nu o iubească așa mult pe Laura.” - un obiectiv nerealist.) După discuție:

**C:** „Să mă iubească tata tot așa de mult ca și pe Laura.” (obiectiv realist.)

Pentru că tot mai simțea furie și supărare, l-am pus să-și deseneze starea. A reprezentat trei copaci în flăcări roșii. (v. note - desenele 45, 46)

T: „Vorbește-mi despre acest desen. Cine le-a dat foc copacilor?”  
 C: „Un om.”  
 T: „Îl cunoști?”  
 C: „Da. Laura, cu puterea și voința ei de a-mi face rău. Așa îmi dă ea mie foc.”  
 T: „Ard mereu sau se aprind când și când?”  
 C: „Ard continuu până se fac cenușă, iar cenușa este purtată de vânt.”  
 T: „Desenează acest lucru.”

.....  
 C: „Am vrut să desenez o pădure, așa de mare era furia.”  
 T: „Când le-a dat Laura foc?”  
 C: „Înainte să mă îmbolnăvesc.”  
 T: „Cu mult înainte?”  
 C: „Nu.”  
 T: „Un an?”  
 C: „Mai puțin.”  
 T: „Dar ce s-a întâmplat atunci?”  
 C: „Tata a început să o iubească pe ea mai mult, a răsfățat-o și nu mă mai pot înțelege cu ea.”  
 T: „Există vindecare?”  
 C: „Nu. Dacă situația rămâne așa cu tata și cu Laura, nu există. Totul se transformă în cenușă.” (oftează.)

Am introdus ideea lăstarilor ce cresc din cenușă.

T: „Îți propun să ne imaginăm că din fiecare grămăjoară de cenușă răsare un mic copăcel... Desenează acest lucru...”

Cosmin a acceptat sugestia, dar numai cu condiția să se schimbe relația cu tatăl și cu Laura. A precizat că situația actuală era aceea a copacilor în flăcări. A desenat apoi trei lăstari ce răsar din grămezile de cenușă. (v. note - desen 47)

Prin acest demers, am căutat să-l ajut pe Cosmin să-și exprime sentimentele negative și în același timp am introdus, prin intermediul metaforei, ideea vindecării. Totodată, am stabilit o bază a colaborării lui Cosmin la procesul terapeutic și a reactivării resurselor lui interioare.

La următoarea sedință, Cosmin apare la cabinet la fel de nervos și agitat. Se plânge că tatăl este nedrept cu el și afirmă că Laura este cauza bolii lui. Pus să-și deseneze din nou starea de furie, își reprezintă sora, căreia el, reprezentat de asemenea în desen, îi dă foc. Îmi spune că acesta este unul din cele 6 moduri de răzbunare pe care le-a desenat acasă. (v. note - desenul 48)

La acest moment, am recurs la o tehnică de fantazare pentru a-l ajuta să-și exprime sentimentele ostile într-un mediu securizant și permisiv. Dialogul următor a decurs în stare de relaxare.

Terapeut: „Intră în spațiul tău interior și observă că ai senzații sau sentimente speciale. Uită-te cu atenție la ele pentru că vei putea să înțelegi ce anume îți comunică. Poți să îmi vorbești acum despre aceste senzații sau sentimente deosebite?”

Cosmin: „Răzbunare totală.”

T: „Cum apare asta?”

C: „Cum am desenat-o acasă în 6 posturi.”

T: „Describe-o.”

C: „Prima: ca și când s-ar îneca și nu știe să înoate. Trece o barcă pe lângă ea și nu o ia. În barcă mă aflu eu singur.”

T: „Ce simți când vezi această imagine?”

C: „Sentimente de răzbunare.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Liniște totală. Plăcere. (oftează) A doua: într-o zi frumoasă cu soare, (oftează) se apropie un nor, dar un trăsnet care o atinge îi dă foc complet și o carbonizează în câteva secunde.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Nu știu.”

T: „Fii atent în interiorul tău. Ești în spațiul tău interior. Ce simți?”

C: „Eliberare de ea și de tata.”

T: „Ca și cum ai fi scăpat de o povară?”

C: „Da.”

T: „Ai vreo legătură cu trăsnetul?”

C: „Nu.”

T: „Altceva ai mai simțit?”

C: „Nu.”

T: „După, ce stare ți-a lăsat?”

C: „Bucurie în totalitate.”

T: „Simți că te-ai mai eliberat de o părticică din tensiune?”

C: „Da. Complet.”

T: „Altceva?”

C: „Nu.”

.....

C: „A treia: într-o excursie, nu știu cum a fost organizată, se duce pe munte și cade de pe niște pietre. Eu eram muntele și pietrele erau mâinile mele și i-am dat drumul. Cu greu m-am putut abține până a ajuns sus. Foarte greu... Ea urca ușor.”

T: „Ce senzație îți dă această imagine?”

C: „Cam aceeași din desenul doi: libertate.”

T: „Altceva mai simți?”

C: „Nu.” (*oftează*.)

T: „Observ că ai oftat, te-ai mai eliberat de o parte din tensiune?”

C: „Foarte mult.”

C: „A patra: cea cu focul. Era un bidon cu benzină. L-am turnat pe ea aproape tot. Pur și simplu s-a transformat în cenușă, care a fost luată de vânt.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Libertate, scăpare, fericire.”

T: „Mai simți aceeași tensiune ca la primul desen?”

C: „Da. Urmează altul în care abia mă abțin.”

C: „Al cincilea: este o haită de lupi dresați. (*oftează*.) Ea s-a dus în pădure și eu la margine, așteptam. Am așteptat foarte mult, a trebuit să mă abțin până le-am dat drumul. (*oftează*.) Sunt flămânzi, nu au mai mâncat de mult. Dar a trebuit să aștept până a ajuns ea în mijlocul pădurii. Atunci abia le-am dat drumul.”

T: „Ce s-a întâmplat atunci?”

C: „Au distrus-o în întregime.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Libertate din nou.” (*oftează*.)

T: „Milă față de ea?”

C: „Nu, deloc. Simt scăpare de ea.”

C: „Pe al șaselea nu vi-l pot descrie.” (*se încruntă*)

T: „E așa de cumplit?”

C: „Pur și simplu.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Ceea ce așteptam de mult. Libertate și singurătate și îmi place așa ceva.”

T: „Așa, fără ai tăi?”

C: „Da.”

T: „Nu ți-e teamă așa, singur?”

C: „Nu, din contră, îmi place.” (*oftează și apoi zâmbește*)

I-am sugerat ca timp de câteva respirații să simtă cum pe expir, odată cu aerul, ies tensiunile, nervozitatea, răutatea, iar pe inspir, odată cu aerul proaspăt, intră pacea, liniștea și bunătatea. I-am sugerat să-și aducă în minte o imagine frumoasă.

T: „Încearcă să-ți aduci în minte o imagine frumoasă, în care să te simți bine, liniștit, calm, protejat. După ce ai obținut imaginea, deschide ochii.”

Trec câteva clipe, după care deschide ochii speriat.

C: „Laura intervine și strică imaginea.”

.....

T: „Ce crezi tu că ai obținut în această sesiune, la ce te-a ajutat ea?”

C: „M-am descărcat. De aici plec detensionat, mă descarc așa cum o fac și acum, dar când ajung acasă, mă simt iarăși încărcat și tensionat. Mă enervează Laura.”

T: „Nu-i suficientă numai această descărcare aici în cabinet, ci tu trebuie să încerci să o menții și acasă. Trebuie să faci și tu un efort în a te schimba. Eu am încredere că poți face acest lucru.”

C: (*zâmbește neîncrezător*) „Dar Laura rămâne și mă enervează în continuare.”

T: „Dar tu nu ai dreptul să interzici existența cuiva, pentru că nu ești Dumnezeu.”

C: „Asta nu.”

T: „Efortul trebuie să fie în mare măsură al tău.”

.....

T: „Ce obiective îți propui să urmărim în sesiunile noastre de terapie?”

C: „În primul rând, să-mi crească părul. Apoi, mai vedem.”

T: „Pentru a-ți crește părul este necesar să ajungi la acel echilibru psihologic de care vorbea doamna dermatolog și asta presupune efortul tău.”

Apoi l-am învățat câteva modalități de a se elibera de mânie, fără să facă rău altora. Astfel, când se simte furios, poate să lovească o pernă, să hașureze, să rupă hârtie, să țipe, să-și deseneze mânia.

Aceasta a fost una din întâlnirile terapeutice cele mai importante, judecând după efectele observate mai apoi.

La următoarea sesiune, Cosmin a venit mai vesel, mai zămbitor și mai destins. Și relațiile cu tata și cu Laura se îmbunătățiseră.

Starea prezentă a desenat-o sub forma a 3 lăstari ce apar din cenușă și se înalță spre soare. (v. note - desenul 49)

T: „Povestește-mi despre acest desen.”

C: „Orice pom, cu cât e mai verde, cu atât e mai populat de păsări, e mai frumos.”

T: „Ce simți acum?”

C: „Puțină bucurie.”

T: „Ce o să se întâmple cu lăstarii?”

C: „O să crească mari.”

T: „Data trecută, după fiecare imagine de răzbunare mi-ai spus că simți liniște, bucurie. Ce înseamnă pentru tine aceste sentimente?”

C: (*după un moment de gândire*) „Ceea ce simt acum?”

T: „Vrei să spui că ai ajuns să-ți atingi scopul fără a recurge la răzbunare?”

C: „Da, pentru că și tata și Laura au fost mai înțelegători.”

Am introdus apoi tehnica jocului de rol. Prin inversiune de rol cu tatăl și cu sora sa, Cosmin a realizat că sora sa nu-l necăjește pentru că vrea să-i facă rău, ci pentru că este prea răsfățată și crede că-i se cuvine totul. Când a jucat rolul tatălui, a înțeles că pentru tată, cel mai important este înțelegerea reciprocă. Când le-a vorbit tatălui și Laurei, care erau proiectați pe scaunul gol, le-a putut spune ce anume îl deranjează și care sunt nevoile lui în raport cu ei.

În stare de relaxare, am avut următorul dialog:

T: „Intră în spațiul tău interior și observă că ai senzații sau sentimente speciale, deosebite. Uită-te cu atenție la ele și înțelege ce-ți comunică. Ce senzații sau sentimente trăiești acum?”

C: „Sentimente plăcute, liniștite.”

T: „Ce îți comunică ele?”

C: „Nu știu. Cred că am înțeles grija tatălui meu pentru mine și bineînțeles și pentru Laura.”

T: „Poți să-mi vorbești despre ce s-a întâmplat în interiorul tău?”

C: „O îndreptare spre bine.”

T: „Unde simți acest lucru?”

C: „Mai peste tot. Mai mult la tata și la mine.” (oftează)

T: „Pentru viitor ce sentimente ai?”

C: „Încă nu știu ce sentimente.”

T: „Dar gânduri?”

C: „Despre viitor încă nu...”

T: „Dar despre prezent?”

C: „Atât. Înțelegere, bucurie.”

T: „Lasă-te impregnat de aceste sentimente de înțelegere, bucurie, speranță și rămâi cu ele. Și atunci când simți că ești plin de ele, deschide ochii.”

Sesiunea următoare, Cosmin a venit la cabinet mai destins și mai vesel. Deja relațiile sale cu Laura și cu tatăl s-au îmbunătățit. Totodată, părul a început să-i crească și asta îl bucură foarte mult. Discută cu ușurință despre rezultatele lui școlare, subiect pe care înainte îl evita.

Într-o altă sesiune, a realizat un desen pe care l-a numit „Lupta finală pentru câștigarea războiului”. Povestea despre acest desen este aceea a bătăliei dintre rebeli și atacatori. Povestea are și o morală: „*Sacrificiile sunt pentru a învinge. Rebelii s-au sacrificat pentru a fi pace și egalitate.*”. L-am întrebat ce anume ar trebui el să-și sacrifice în viața lui de zi cu zi. Mi-a spus că trebuie să-și sacrifice anumite plăceri pentru a-și atinge scopurile, unul dintre ele fiind îmbunătățirea rezultatelor școlare.

În penultima sesiune și-a reprezentat din nou starea sub forma desenului. A făcut o imagine cu 3 copaci înalți, un stol de păsări și soarele sus pe cer. Mi-a zis că se simte bine, iar sesiunile de terapie l-au ajutat să fie mai

puțin nervos și agresiv cu sora și cu ceilalți colegi de joacă. Cu toate că și-a schimbat atitudinea față de tată, încă mai are unele resentimente. (v. note - desenul 50)

În ultima întâlnire, am observat o participare mai redusă din parte lui. Răspunde într-o doară la întrebările mele. (v. note desenul 51)

L-am rugat să-și deseneze familia și a început să o facă fără elan. Se situează pe sine între tata și Laura. El se aseamănă cu tatăl și este mai înalt ca sora sa. Observ că nu se mai simte exclus din familie și chiar și-a câștigat și o poziție mai bună.

Spune că în ultima vreme nu a mai avut timp să se gândească la certuri și răzbunări. Simte că s-a schimbat în urma întâlnirilor terapeutice și că a putut astfel să-și răspundă la anumite întrebări.

Constatând un anumit plafon în progresul terapeutic, am întrerupt șirul întâlnirilor săptămânale, urmând să ne întâlnim la intervale mai mari de timp.

#### Comentarii finale:

Cosmin s-a aflat în terapie trei luni.

Prin folosirea tehnicilor expresive și gestaltiste (desen, joc de rol, fantazare), el a putut să devină conștient de mânia sa, să o cunoască și s-o exprime în moduri care nu fac rău celor apropiați. A învățat să evalueze situația și să aleagă între a-și exprima mânia direct persoanei care îl provoacă sau să o exprime în alt mod. Ca efect, Cosmin a devenit mai puțin nervos și irascibil, i-a crescut toleranța la frustrare, și-a îmbunătățit relațiile cu tatăl și sora sa. Aceste schimbări au grăbit vindecarea tulburării dermatologice.

Terapia nu a fost însă completă, datorită neparticipării tatălui, care datorită serviciului nu a venit niciodată la cabinet.

## **II.9. Gabriel – copilul divorțului și controlul durerii**

Gabriel, în vârstă de 9 ani, a fost îndrumat spre psihoterapie, datorită unei cefalee puternice care nu cedează la medicamente. El are și o tulburare oftalmologică severă (cu ochiul drept nu vede aproape nimic) și un traseu EEG modificat, însă acestea nu justifică, după părerea medicilor, starea lui prezentă.

Durerea de cap este însoțită de adevărate crize de plâns până la epuizare și apare în special după un efort fizic sau psihic mai intens. Cefalee, insomnie de adormire, ușoară anorexie sunt simptome ce au început în urmă cu 4-5 luni, la sfârșitul clasei a 2-a. Mama este foarte speriată de starea copilului.

Din anamneză se desprind aspecte ce au putut acționa ca factori precipitatori, care au declanșat și probabil întrețin starea prezentă. Părinții au divorțat în urmă cu 6 ani și mama relatează că după divorț, copilul nu a mai zâmbit timp de 3 luni, de unde înainte era foarte vesel.

La sfârșitul clasei întâi, învățătoarea l-a anunțat pe Gabi că o să ia premiul I, însă la premiere, l-a nominalizat pentru premiul II, după ce i-a modificat două medii în carnetul de note. Gabi a suferit foarte mult în acel moment. La începutul clasei a treia a fost mutat la o altă școală unde are o învățătoare foarte bună.

În prezent, familia este agasată de telefoanele tatălui care pretinde copilul, vrând să redeschidă proces. Mama vrea să se recăsătorească cu un bărbat care îl iubește pe băiat, dar îl ceartă uneori. Este important de menționat faptul că acesta a locuit o perioadă de câteva luni la ei și aproximativ în perioada în care s-a declanșat tulburarea lui Gabi, bărbatul a plecat să locuiască temporar acasă la el.

Mama este hiperprotectoare și îi ia întotdeauna apărarea atunci când prietenul ei sau bunica îl mai ceartă pe Gabi. Ea se mândrește cu faptul că relațiile cu copilul sunt foarte strânse, bazate pe înțelegere și prietenie. Totuși, în ultimul timp, se întâlnesc doar seara, mama fiind foarte ocupată cu serviciul ei. Copilul are tendința să se folosească de simptomul lui pentru a obține atenția mamei și se arată mai neputincios decât este.

În interviul preliminar cu Gabi, l-am rugat să-mi vorbească despre durerile lui. A făcut-o cu plăcere, descriindu-le în amănunt. Simte dureri în zona frontală ce sunt uneori atât de puternice, încât începe să plângă. Alteori acuză dureri în abdomen, în spate, în călcâi, în degetul de la mână, care apar și dispar brusc, pe neașteptate. La un moment dat, îmi vorbește despre stări disociative concomitente durerii:

**Gabriel:** „Când mă doare capul, eu pot să plâng și să vorbesc în mintea mea despre altceva sau chiar să râd.”

**Terapeutul:** „Cine te-ar putea scăpa de durere?”

**G:** „Mama. Dar nici ea nu poate să facă nimic. Mi-e frică că durerile vor fi din ce în ce mai puternice.”

Pe de altă parte, Gabi pare să-și fi pierdut încrederea în el în urma conflictelor cu fosta învățătoare. El spune că nu poate citi bine lecția în clasă și chiar ține să-mi arate că nu citește destul de repede și coerent.

Analizând toate aceste date, am considerat că cefaleea și starea tensionată pe care le are Gabi se datorează atât cauzelor somatice, cât mai ales relațiilor cu cei din anturajul său, relații încărcate de conflicte, ambivalență, frustrare, temeri neexprimate (teama de abandon, că o va pierde pe mama sa, teama de schimbare a vieții familiale.)

În acest caz, demersul terapeutic a avut în mare parte aspectul unei consilieri a membrilor familiei, iar obiectivul terapeutic declarat și acceptat de Gabi a fost acela de a învăța împreună să cunoaștem și să stăpânim durerea și mai ales ce se afla în spatele ei.

O mare importanță a avut-o crearea unui relații bune cu Gabi, a unei atmosfere prietenoase, permissive, deoarece el este un copil suspicios, refractar și răsfățat. De-a lungul întâlnirilor noastre, au fost câteva momente semnificative din punct de vedere al demersului terapeutic.

### Prima sesiune

Am dedicat prima sesiune discuției despre durere.

**Terapeut:** „Mie nu îmi este frică de această durere așa cum îi este mamei tale.”

**Gabriel:** *(Se arată surprins și nu răspunde nimic. Pare suspicios dar și interesat totodată.)*

**T:** „Aș vrea să o putem cunoaște.”

**G:** *(Încuviințează, tot fără să vorbească.)*

I-am prezentat un exercițiu de defocalizare a durerii. I-am spus să-și reprezinte durerea ca pe un măr. Când îl doare capul, mărul este întreg. Apoi să-și imagineze că simte această durere și să încerce să taie câte o felie de măr, observând ce se întâmplă cu durerea. Mi-a spus că scade, dar nu dispare.

Știind că durerea are și un beneficiu secundar, l-am asigurat că nu este necesar să o facă să dispară, ci doar să reducă mărul la o singură felie și să observe ce se întâmplă. Dar, lucru important – să rămână întotdeauna o felie de măr.

Am încercat să-l decentrez și să demitizez durerea, lucrând asupra ei în manieră ericksoniană. În final, l-am pus să-și deseneze durerea de cap. A desenat un măr cu multe linii colorate, verticale.

### Sesiunea a doua

Mi-a spus de la început că a încercat să facă exercițiul cu mărul acasă, dar fără efect, durerea chiar i-a crescut.

I-am propus un nou exercițiu de lucru asupra durerii, în joacă, prin schimbarea poziției ei în corp. Însă a fost rezistent și la această tehnică, refuzând să creadă că va scăpa de durere. Nu era pregătit să accepte acest lucru.

În schimb, mi-a explicat amănunțit mecanismul durerii lui. Mi-a vorbit despre două tipuri de stări: una în care mai întâi îl durea capul, apoi avea senzația de frig și apoi începea să plângă. Cea de-a doua stare, mai recentă, se declanșează mai întâi prin plâns, apoi prin frig și la sfârșit cu durere de cap. După ce plânge este foarte obosit, „stors”, nu mai poate face nimic, nu se mai poate ocupa de lecții.



În acest moment am înțeles că ceraleea avea pentru Gabi o semnificație mai profundă decât crezusem inițial și nu vroia să renunțe la ea, cel puțin nu prin tehnicile directive. Am interpretat simptomele descrise de copil ca pe o insecuritate afectivă (frigul), teama de a nu pierde afecțiunea mamei (plânsul o aduce de fiecare dată aproape de el) și în același timp ambivalent în sentimentele lui față de prietenul mamei, pe care îl simte ca un intrus în relațiile dintre ei.

#### Sesiunea a treia

Mama mi-a spus că Gabi încearcă să-și controleze durerea, dar nu reușește. În schimb nu a mai avut crize de plâns.

Gabi îmi destăinuie credința în „puterile sale bioenergetice”, putând să ia sau să dea energie celor din jur. Am remarcat faptul că are nevoie să fie admirat, valorizat și i-am sugerat să-și folosească aceste puteri în vindecarea sa.

#### Sesiunea a patra

Gabi îmi spune că l-a mai durut capul, dar nu a mai plâns.

Am realizat împreună un desen: fiecare trasa câte o linie și celălalt îl completa pentru ca în final să rezulte ceva cu sens. Folosindu-se de elementele din desen, Gabi construiește o poveste. Este vorba despre un băiat care face scufundări în mare și strânge diferite lucruri: o elice, o ancoră, pești și se simte bine acolo. Zărește un pui de balenă pe care vrea să-l prindă și în acel moment scapă geanta cu medicamente. Se întâlnește apoi cu niște exploratori care erau într-un submarin. În final, băiatul se întoarce acasă fără să ia nici un obiect cu el, dar și fără geanta de medicamente.

Pentru mine această povestire simbolizează faptul că, pe măsura ce lasă să iasă la suprafață din subconștient (reprezentat de scufundarea în mare) temeri, emoții reprimite, Gabi este gata să renunțe la boală (reprezentată de geanta cu medicamente). Am interpretat acest lucru ca pe un progres în terapie, trecerea dincolo de rezistențele puse inițial. (v. note - desenul 52)

Una dintre sesiunile cele mai importante a fost aceea în care am inițiat un joc imaginativ de lucru asupra durerii. Descriu în continuare cum a decurs acest dialog.

**Terapeut:** „Închide ochii, intră în spațiul tău interior și imaginează-ți că te afli într-un loc plăcut unde te vezi stând pe un fotoliu, privești la un televizor și ai o telecomandă în mână. Pe ecran poți vedea durerea ta de cap. Cum îți reprezintă durerea? Este o culoare, un sunet, un miros sau o atingere?”

„Îl conduc să-și manifeste și celelalte sisteme senzoriale, durerea activându-l în special pe cel kinestezic. Aceasta are ca efect ieșirea din paternul

obișnuit de gândire și simțire precum și deblocarea creativității, care conduce la vindecare.

**Gabi:** „Este ca un sunet”.

**Terapeut:** „Imaginează-ți un aparat de radio care emite acest sunet. Tu ai telecomanda în mână și poți acționa asupra aparatului.”

I-am sugerat astfel ideea că el are controlul asupra durerii și o poate transforma. L-a amuzat această idee.

Cu ajutorul întrebărilor mele, mi-a descris sunetul reprezentat de durere ca fiind de pisică salbatică, încet, bâlbâit, grav, mai mult plăcut decât neplăcut, mai puțin clar și se oprește pentru câteva secunde, în mod ritmic. Starea generală creată de sunet este una neplăcută, de iritare. I-am sugerat să transforme sunetul, să-l facă cât mai plăcut.

**Terapeut:** „Ce transmite sunetul?”

**Gabi:** „Ceva de mirosit. Ca un început de miros.”

**T:** „Ce fel de miros?”

**G:** „Mirosul unui animal. Ca un costor, ca o vulpe. Miroase rău.”

**T:** „Îți propun să-l transformi într-un miros de crin. Ce simți acum?”

**G:** „Mă duce cu gândul la o poveste: ceva care zboară, ca Aladin... Dar dintr-o dată nu mai este covorul și Aladin cade într-o crăpătură din pământ în care este nisip.”

**T:** „Cine îl ajută să iasă de acolo?”

**G:** „Trei cuie care erau acolo. Le pune unul la stînga, unul la dreapta, și altul în stînga sus. Apoi pleacă mai departe și ia cuiele cu el. Merge, nu știe unde, dar merge așa. Se face noapte și se împiedică de o piatră și vede fum și adoarme. Când se trezește dimineața se scoală de jos și se gîndește unde este drumul. Vede un semn care nu înseamnă nimic și o peșteră.”

**T:** „Ce face acum?”

**G:** „Merge mai departe spre peșteră.”

**T:** „Lasă-l pe Aladin să ajungă în fața peșterii și să deschidă ușa pentru că acolo poate fi ceva care vrea să iasă afară. Cine este acela?”

**G:** „Cineva urcat pe cal care sare peste Aladin și fuge în deșert. Cineva ca un fel de umbră, numai ochii sunt vii. Cred că îl urăște pe Aladin. Pare bizar. Calul avea copitele tot ca o umbră. Era cam prost calul... Aladin pleacă mai departe, nu-l mai interesează să intre în peșteră și până la urmă moare de sete.”

**Comentarii:**

Dacă tehnicile directive de lucru asupra durerii declanșau în Gabi reacții de rezistență, metoda indirectă a metaforei este mai blândă și nepericuloasă în termenii schimbării. Ea este atrăgătoare pentru copil, mobilizează capacitățile sale imaginative și permite disocierea: îl scoate din realitatea sa dureroasă pentru a-l plasa într-altă nouă, unde posibilitățile prind

formă. Astfel poate apărea povestea al cărei erou este Aladin, poveste bogată în simboluri: zborul, căderea, peștera, umbra, calul. Interpretându-le, am desprins următorul înțeles: Gabi nu-și poate sublima sau depăși conflictele până ce nu se întâlnește cu tot ceea ce refuză să recunoască sau să admită (cu umbra sa, în termeni jungheieni). De aceea eroul Aladin nu poate zbura și ajunge în fața peșterii (simbolul inconștientului și al procesului de interiorizare psihologică) unde se întâlnește cu călărețul ca o umbră. Și nu este întâmplător că umbra este pe un cal, pentru că acest animal, în mitologia tuturor popoarelor, apare ca ființa ce trece cu ușurință de la noapte la zi, de la moarte la viață, de la pasiv la activ. Calul, în povestea lui Gabi, îl leagă pe Aladin (conștientul) cu Umbra (inconștientul) și astfel se poate produce transformarea. Aladin moare (cad barierele, rezistențele) și moartea este simbolul trecerii spre altceva. De altfel, toate inițierile trec printr-o fază a morții înainte de a deschide calea către o nouă viață, la un alt nivel.

Gabi mi-a transmis lucruri valoroase despre sine în această întâlnire și depinde acum de mine cum le voi folosi în demersul terapeutic.

În sesiunea următoare, Gabi mi-a comunicat că se simte mai bine, că nu l-a mai durut capul așa de des și nu a mai plâns deloc.

A ținut să-mi descrie cum a simțit boala și cum îi apare ea acum.

**Gabi:** „Boala e ca un monstru, ca un om, cum e omul: dacă e iarnă, se obișnuiește cu iarna, dacă e vară, cu vara. În loc de monstru este boala și în loc de anotimpuri sunt medicamentele. Alaltăieri, am simțit ceva nou și de atunci nu mă mai doare capul. Am simțit o stare ca și cum boala s-a obișnuit cu medicamentele și sunetul nu mai apare de atunci.”

(Observ ca și-a integrat experiența din sesiunea trecută și a trecut la un nivel superior de înțelegere a stării sale.)

**Terapeut:** „Acum ce simți?”

**G:** „Simt o stare de bine.”

**T:** „Ce culoare i-ai asocia?”

**G:** „Culoarea roz sau albastru deschis sau închis.” (*culori ce simbolizează o stare de destindere, calm, relaxare*)

Pentru a mă asigura cât de veridic este în ceea ce afirmă, am introdus tehnica imaginativă a zidului, care-l obligă pe Gabi să se confrunte cu un obstacol și să găsească o soluție de depășire a lui.

**Terapeut:** „Imaginează-ți că mergi pe un drum și în fața ta apare un zid. Ce simți când vezi zidul?”

**Gabi:** „Mă uit în stânga să văd dacă este ce am căutat (o graniță). Apoi caut ușa ca să trec, că vreau să trec și bag de seamă că-i locul singur, că nu este nimeni. E locul pustiu, deși sunt copaci și ar trebui să existe vrăbii. Am găsit ușa și merg în continuare.”

**T:** „Cum te simți?”

**G:** „Bine. Și merg în continuare spre capătul drumului, spre ceea ce caut. Merg acasă.”

**T:** „Pe cine vrei să găsești acolo?”

**G:** „Pe mama.”

**T:** „De unde veneai tu?”

**G:** „Dacă era granița: de altundeva, dar din aceeași țară.”

**T:** „Dacă ar fi acesta drumul vindecării tale, tu unde te-ai afla: în fața zidului, pe ușa ce te ajută să treci dincolo, pe drum sau acasă?”

**G:** „Acasă, în pat.” (*Și-a regăsit starea de siguranță afectivă.*)

Apoi, Gabi mi-a spus că durerea de cap va dispărea odată cu trecerea timpului și chiar mi-a făcut un desen pentru a-mi explica acest fenomen.

La următoarea sesiune Gabi nu se mai plânge de durere de cap (aceasta revine doar atunci când este obosit). Nu a mai avut crize de plâns, este mai vesel și merge mai bine cu școala.

L-am pus să deseneze un arbore (a ales un brad) și apoi am inițiat un joc expresiv cu suport imaginativ, dar cu participarea mișcărilor corporale.

**Terapeut:** „Am să te învăț un joc în care tu o să simți ce simte un brad. Așează-te pe vine, ține-ți strâns genunchii la piept și imaginează-ți că ești o sămânță de brad care stă mai întâi sub pământ, apoi crește ușor, ajutată de razele soarelui. Fii tu sămânța. Ce simți tu ca sămânță? Cum simți pământul de deasupra?”

**Gabi:** „Bine. Este cald.”

**T:** „Bun. Acum sămânța începe să crească ușor, iese de sub pământ și apare un brăduț tânăr... Tu ești bradul. Unde te afli acum?”

**G:** „La marginea pădurii, sub un castan mai bătrân și înalt.”

**T:** „Ce faci tu ca brad acum?”

**G:** „Privesc oamenii care trec pe cărare, animalele sălbatice. Câte o păsărică se așează pe creangă, dar o alung înțepând-o cu acele.”

**T:** „Să ne imaginăm că acum este primăvară. Cum se simte bradul?”

**G:** „Bine.”

**T:** „Dar vara?”

**G:** „Bine. E cald.”

**T:** „Acum să ne imaginăm că vine iarna cu vânt și zăpadă, crengile atârână sub greutatea zăpezii, se rupe o creangă... E vânt puternic, bradul se mișcă în bătaia vântului, i se rup crenguțe. Ce simte el acum?”

**G:** „Îi e frică, îl doare, plânge.”

**T:** „Arată-mi cum se mișcă brăduțul în mișcarea vântului și cum i se rup crenguțele și încearcă să simți ce simte el. Fii tu bradul rănit de vifor.”

**G:** (*Se mișcă cu trunchiul și mâinile exprimând acest lucru foarte sugestiv.*)

T: „Bun... Acum reappare soarele. Razele lui călduțe îți vindecă rănilor... Ce simți acum, brăduțule?”

G: „Mă simt mai bine.”

T: „Într-adevăr, brăduțul a ieșit din iarnă mai puternic, a crescut, este acum mai mare și mai pregătit pentru viață.”

Prin acest joc, Gabi s-a implicat activ atât imaginativ cât și corporal în metafora vindecării.

La sfârșit, el a revenit spontan asupra desenului, înnegrind mai mult trunchiul copacului - semn că i-a crescut siguranța și încrederea în propria persoană.

G: „Așa e mai bine.”

În sesiunea următoare, Gabi are aceeași stare. La sugestia mea, și-a desenat familia prin simboluri și a făcut o poveste după desen. (v. note - desenul 53)

**Terapeut:** „Vorbește-mi despre ceea ce ai desenat.”

**Gabi:** „Mama este desenată ca o omidă obosită, pentru că tot timpul când vine de la serviciu și vorbim este obosită. Doru, fratele mamei, apare sub formă de stafie, pentru că nu pot să-l sufăr, tot timpul are ceva de zis, mă cicălește. Prietenul mamei este desenat ca rac că e așa ciufut, niciodată nu e hotărât, le face pe toate pe dos. Bunica este desenată drept stâlp de felinar fiindcă este ca ceva care nu te lasă tot timpul în pace, te pândeste.

Tata e ca o mașină care pleacă și i-ar trebui mai multe șuruburi la roți, că nu știe ce să facă: pleacă, vine, stânga, dreapta... nici nu știe unde este. Eu m-am desenat ca o urechelniță pentru că este cel mai puternic animal. Duce de vreo 8-9 ori greutatea ei. Mi-ar plăcea să nu mai lucrez așa de mult ca o furnică.”

Apoi imaginează o poveste plecând de la desen :

„Racul, care tocmai a ieșit dintr-o gură de canal, venind din altă țară, se plimbă seara și întâlnește o mașină și se urcă în ea. Urechelnița se urcă și ea în mașină și zice că are noroc. Mașina era gata să calce omida dar, pentru că felinarul lumina, a pus frână. A apărut și o stafie care s-o oprească. Urechelnița zice:

- Bine că a oprit ca să pot să cobor și eu și să caut de mâncare.

Omida se transformă în fluture după ce s-a dus pe felinar. Racul coboară și se duce în alt canal. Mașina își vede de drumul ei. Pleacă și stafia. Se stinge felinarul că vine ziua și gata. Toți au rămas prieteni.”

**Comentarii:**

Gabi a avut astfel ocazia să-și exprime indirect sentimentele față de membrii familiei sale și modul în care înțelege el situația și relațiile din cadrul

familiei. Îl percepe pe prietenul mamei ca pe un străin care vrea să ia locul tatălui său dar pentru puțin timp. Crede că tatăl a vrut să-i facă rău mamei dar nu a reușit fiindcă este apărată de mama și fratele ei. După divorț mamei îi este mai bine (omida se transformă în fluture) și tatăl merge pe drumul lui la fel de dezorientat. Dar ce se întâmplă cu copilul? El se simte tensionat, încărcat cu prea multe probleme care nu-l privesc și care depășesc puterea de asimilare. Simte că duce o greutate prea mare. Are nevoie să scape, să se detașeze de toți, să fie independent și să-și găsească satisfacții în altă parte.

Este momentul să fie antrenat în mai multe activități extrașcolare care să-i facă plăcere și mama să fie consiliată să nu-l mai implice în probleme care nu-l privesc.

Ultima sesiune terapeutică a avut loc după vacanța de iarnă, timp în care nu l-a mai durut de loc capul. Mi-a spus că trimestrul acesta l-a început bine și dorește să meargă la un concurs de judo. A făcut și un desen în care apare el împreună cu profesorul de judo și îmi vorbește cu pasiune despre această nouă preocupare a sa. Și-a petrecut mai mult timp împreună cu mama și nu se mai folosește de durerea de cap pentru a o ține lângă el.

Am încheiat aici întâlnirile noastre săptămânale, urmând să mai vină la cabinet la intervale mai mari de timp.

#### Comentarii finale:

Demersul terapeutic în cazul lui Gabi a durat cinci luni și m-am folosit în special de metaforă ca mijloc terapeutic. Consilierea membrilor familiei a fost de asemenea importantă. Simptomele cu care s-a prezentat inițial la cabinet au dispărut și chiar dacă îl mai doare din când în când capul, acest lucru nu-i mai sperie nici pe el și nici pe mama sa. Băiatul a câștigat mult în expresivitatea verbală și nonverbală, este mai vesel și are mai multă încredere în el.

În următoarele trei luni am mai avut câteva întâlniri cu Gabi. Ne-am folosit tot de mijloacele expresive (fantazare, desen, modelaj din lut) care au fost de data aceasta niște pretexte pentru a discuta deschis despre diferite situații din viața lui. Sesiunile terapeutice trecute îl ajutau să gliseze cu ușurință de la mijloacele expresive la amintiri vechi legate de tatăl său (cărora le găsea acum noi înțelesuri), la credințe actuale, cum ar fi aceea că în jurul nostru există mai mult rău decât bine și oamenii mari nu-i înțeleg pe copii. Am vorbit despre nemulțumirile lui în relația cu bunica și cu prietenul mamei și prin joc de rol l-am ajutat să „le spună” ce anume îl deranjează la ei și care sunt nevoile sale. Aceasta a dus la o comunicare mai bună, mai deschisă cu membrii familiei.

## II.10. Cristina - fetița care l-a luat pe „Nu vreau” în brațe

Părinții Cristinei (în vârstă de 7 ani) s-au adresat cabinetului de psihoterapie, fiind îngrijorați de modificările survenite în comportamentul fetei după decesul surorii ei, în urmă cu 2 ani. Ea nu mai este afectuoasă cu părinții, uneori pare absentă, detașată față de ei, este labilă emoțional, plânge des și aparent nemotivat. Uneori manifestă un comportament negativist și este foarte dezordonată (nu vrea să se spele și să se îmbrace cu hainele bferite de părinți).

Accidentul surorii ei a afectat toată viața de familie. Mama este deprimată și-si canalizează toată energia în acțiunea de răzbunare (prin tribunal) împotriva celor care i-au ucis fiica, iar uneori are tendința să o respingă pe Cristina și să o compare cu sora mai mare, care era mai blândă și mai ascultătoare. Chiar în interviul pe care l-am avut cu mama, ea a recunoscut că uneori și-ar fi dorit să fi murit Cristina în locul surorii ei. Acum este îngrijorată de faptul că fetița nu va face față la școală, fiind așa de dezordonată și încăpățanată.

Tatăl, în schimb, este afectuos cu fetița și petrec împreună momente plăcute jucându-se.

Am înțeles destul de repede că fetița trecea printr-o stare reactivă post-traumatică și atât ea cât și familia aveau nevoie de suport. Mi-am propus să-i ajut pe părinți să depășească momentul accidentului, pentru a se putea implica adecvat în relația cu fetița lor, iar pe de altă parte, să o ajut pe Cristina să comunice sentimentele ce nu pot fi ușor verbalizate.

### Sesiunea întâi

Cristina este în defensivă, mă privește cu suspiciune și are un facies trist. Știe pentru ce a fost adusă la cabinet, însă nu este pregătită să-și destăinuie sentimentele și gândurile intime legate de accidentul surorii ei și situația familiară actuală. Am început să-i vorbesc, pentru a o securiza în relația cu mine și a-i arăta că o înțeleg.

Încep prin a-i spune că eu cred că se simte tristă și singură fără sora ei și că trebuie să se fi speriat foarte rău în momentul accidentului. O asigur că părinții ei când o mai compară cu sora ei, o fac pentru că le este foarte dor de ea și-i simt lipsa. Îi spun că sunt sigură de faptul că și pe ea o iubesc foarte mult, de aceea sunt îngrijorați de starea ei, și-și doresc ca eu să o pot ajuta să se simtă mai bine și să aibă o relație mai bună cu ei.

În acest timp Cristina mă privește cu interes, nu răspunde nimic, dar eu știu că mă înțelege și îi fac bine vorbele mele. Întotdeauna copiii au o mare

nevoie să le vorbești și să le explici și au o mare capacitate de a înțelege lucrurile, mult mai mult decât își imaginează adulții.

O antrenez într-o discuție despre diferențele dintre oameni. Prin exemple diferite ajungem amândouă la concluzia că nici unul nu-i la fel ca altul și chiar ar fi plictisitor să fie așa. Astfel încât pot să fac acum o analogie cu diferența dintre ea și sora ei, explicându-i faptul că dacă ea are alte calități, nu înseamnă că-i este inferioară, ci este doar diferită, dar la fel de valoroasă pentru părinți. La sfârșitul acestei discuții Cristina este mai destinsă și acceptă să desenăm împreună, prin tehnica cooperării (fiecare pe rând face câte o linie, cealaltă o completează și în final iese un desen cu sens). (v. note - desenul 54)

Privind desenul, Cristina realizează o poveste: „Ana se duce să-și plimbe câțelul și s-a întâlnit cu Pomul. A venit bunicuța (era casa ei) și l-a întrebat pe Pom unde sunt nepoții ei pentru că a venit să-i ia la masă. A doua zi, copiii s-au întâlnit cu o mare. Au făcut o călătorie cu barca și apoi au făcut o excursie la munte. A treia zi s-au întâlnit cu soarele, care i-a sfătuit să nu facă mult timp plajă.”

Înțeleg câteva aspecte importante: atașamentul față de bunică și dorința contactului cu părinții (marea și muntele) ca și resursele imaginativ-magice (Pomul vorbitor, însuflețit).

În discuția pe care o am cu mama la sfârșit, o ajut să înțeleagă faptul că fetița are mare nevoie să simtă afecțiunea ei și să nu se teamă de cuvinte, să-i spună că o iubește. Îi mai spun că probabil Cristina a recurs la acest comportament negativist pentru a atrage atenția părinților asupra ei, ca un strigăt: „Eu trăiesc, sunt aici și sunt diferită de sora mea.”. Mama înțelege și-și propune să-și schimbe comportamentul față de copil.

La următoarea întâlnire mama îmi comunică faptul că de când și-a schimbat modul de relaționare cu copilul, Cristina este mai afectuoasă cu ea. Este o dovadă în plus pentru mine cât de ușor poți să-și câștigi copilul fiind atent la nevoile lui și satisfăcându-le. Uneori, un simplu gest face minuni (o încurajez în felul acesta pe mamă).

Cristina vine cu plăcere la cabinet. Începem un desen prin tehnica cooperării. De această dată, conduc indirect desenul spre realizarea unei case, a două fete (Ana și Maria), a unui copac îndoit și a norilor cu ploaie și fulgere. Dorința mea este să o conduc spre exprimarea sentimentelor și a gândurilor legate de sora ei și accident (simbolizat de furtună). (v. note - desenul 55)

Titlul desenului este „Surorile” și am construit împreună următoarea povestire:

Cristina: „Au fost odată două surori. Ana, sora mai mare s-a dus cu câinele la plimbare.”

**Terapeut:** „Era pe înserat.”

**C:** „Tuna și fulgera.”

**T:** „Începu să bată un vânt puternic.”

**C:** „Ana a început să plângă.”

**T:** „Ea o striga pe Maria.”

**C:** „Ana ajunsese acasă. Maria stătea în ploaie și plângea.”

**T:** „Maria se rătăcise în pădure.”

**C:** „Se întâlnise cu un măr.”

**T:** „Mărul a întrebat-o de ce plânge.”

**C:** „Maria a spus că se rătăcise.”

**T:** „Ea a spus că îi este frică.”

**C:** „Mărul a sfătuit-o să se ducă acasă. Ana a venit și a ajutat-o.”

**T:** „Dar era foarte întuneric și s-a rătăcit și Ana.”

**C:** „Și atunci bunicuțul și bunicuța strigau după Ana și Maria. Fetele s-au regăsit și erau bucuroase.”

**T:** „Să presupunem că s-a întors numai Maria acasă, fără Ana. Ce făcea ea singură?”

**C:** „Le povestește bunicilor cum s-a întâmplat. Maria o văzuse pe Ana și a strigat la ea dar aceasta nu o văzuse fiindcă era foarte departe. Nu mai plângea Maria, ci numai Ana pentru că nu-și găsisese sora. Ajunge și Ana acasă.”

**T:** „Să presupunem că Ana nu a mai ajuns acasă. Ce se întâmplă cu Maria?”

**C:** „A doua zi începuse soarele să lumineze și Ana se bucură că vede pe unde să meargă și în sfârșit ajunsese acasă.”

Faptul că spune des „nu vreau”, „nu știu să povestesc” și mesajul povestirii: surorile se regăsesc și sunt fericite împreună, m-au făcut să înțeleg că fetița nu dorea să vorbească despre acest subiect direct. Încercasem să-i propun ceva pentru care nu era pregătită.

De aceea, am renunțat la această pistă pentru a mă orienta spre copacul îndoit (simbol al relației sale cu factorul traumatizant) și i-am propus să facem un joc dramatic: ea să joace rolul copacului și eu pe cel al naturii.

**Terapeut:** „Stai așa cum stă copacul... În acest moment începe să plouă, să tune, să fulgere, bate un vânt puternic. (*Scot sunete sugestive.*) Ce face copăcelul?”

**Cristina:** „Se îndoaie.”

**T:** „Arată-mi cum te îndoi copăcelule. Cum stai?”

**C:** *Se apleacă în stânga, cu brațele și corpul într-o poziție ce sugerează o stare de apăsare, deprimare, dezdănejde, resemnare. Fiind vorba de partea stângă, asta mă face să mă gândesc la relația cu mama.*

**T:** „Ce simți acolo?”

**C:** „Este greu, mă doare corpul.”

**T:** „Acum vine soarele. (*imaginea vindecării*) Ce se întâmplă cu tine, copăcelulu? Furtuna se sfârșește și soarele începe să te lumineze și să te încălzească. Ce faci?”

**C:** „Rămân tot așa.”

**T:** „Foarte bine. Rămâi așa.”

**C:** (*după câteva minute*) „Dar este prea greu. Mai bine vin la loc. Nu vreau să rămân așa... Acum este mai bine.”

**T:** „Cum se simte acum copăcelul tău?”

**C:** „E vesel. Se simte bine.”

Astfel, prin metaforă și implicare corporală am parcurs drumul de la traumă la vindecare. Se poate observa cum Cristina trăiește tensionat relația cu mama, exprimată prin jenă în partea stângă a corpului, iar intervenția tatălui, simbolizat de soare - principiu patern, regenerativ - declanșează schimbarea. Acestea sunt elemente pe care mă voi baza mai departe în consilierea părinților. Este momentul ca tatăl să petreacă mai mult timp împreună cu copilul.

Apoi, pentru că am observat cât de des îl pronunță Cristina pe „nu vreau”, m-am folosit de o poveste metaforică pe care am numit-o „Fetița care l-a luat pe „nu vreau” în brațe”. În construirea acestei povestiri metaforice am ținut cont de informațiile culese din discuțiile cu părinții, de preferințele Cristinei, realizând o paralelă indirectă cu situațiile din viața sa reală.

**Terapeut:** „A fost odată o fetiță care l-a luat pe *Nu vreau* în brațe... Arată-mi cum îl strângea ea în brațe! Așa, foarte bine! Chiar mai strâns... Într-o dimineață, când s-a trezit, mămica ei i-a spus să meargă să se spele. Fetița a spus *Nu vreau*. Atunci mama a chemat-o la masă. Fetița ce a spus? *Nu vreau!* Mama nu a mai avut ce să facă. Tăticul ei, văzând că nici nu s-a spălat și nici nu s-a îmbrăcat, i-a spus să meargă să se schimbe și să se pieptene. Dar fetița, pentru că îl ținea pe *Nu vreau* în brațe, nu a făcut ce i-a spus tatăl ei și i-a răspuns... Cum? *Nu vreau, Nu vreau!* Apoi, părinții au plecat la serviciu. Fetița a rămas singură cu *Nu vreau* în brațe. Când a venit mama de la serviciu, a chemat-o pe fetiță la masă. Dar ea: *Nu vreau!*, pentru că îl ținea strâns pe *Nu vreau* în brațe. Tăticul ei a venit și el și, pentru că era ziua ei de naștere, i-a adus o rochiță frumoasă în dar. Însă ea nu a vrut să se îmbrace cu acea rochiță, pentru că îl ținea pe *Nu vreau* în brațe.

La ușă cine crezi că a sunat? Bunicuța. Ea i-a adus fetiței o pungă mare cu dulciuri și fructe. Ție ce dulciuri îți plac?... În pungă erau și multe astfel de dulciuri. Și ce fructe preferi?... Da, erau și din acelea. Era o pungă mare, plină, și când fetița a întins mâna să o ia, ce crezi că s-a întâmplat? Da, într-adevăr, ea l-a scăpat pe *Nu vreau* din brațe și a uitat de el, așa că acesta s-a rostogolit pe jos și s-a pierdut. Fetița a mâncat multe dulciuri și fructe din punga de la bunica. Tăticul, văzând-o bucuroasă, i-a adus din nou rochița. Fetița, spre



mirarea tuturor, a îmbrăcat-o. Mămica i-a chemat pe toți la masă. Fetița a spus: „Vreau să vin și eu”. Mama s-a mirat, pentru că fetița răspundea de obicei *Nu vreau*. Numai bunicuța râdea pe furiș, pentru că ea știa ce s-a întâmplat cu fetița. Și, de atunci, fetița nu a mai răspuns mereu *Nu vreau* la tot ce îi cereau părinții ei, pentru că ea îl pierduse pe *Nu vreau* și toți au fost fericiți.”

Cristina, după ce a ascultat cu atenție, implicându-se în povestire, mi-a mărturisit că și ea l-a luat pe *Nu vreau* în brațe cu câțiva ani în urmă și nu îl poate scăpa, pentru că îl ține bine.

Am rugat-o să privească în oglindă când pronunță pe „nu vreau” și apoi pe „vreau”, să repete de mai multe ori și să-mi spună când crede că este mai frumoasă. Găsește că îi place mai mult de ea în cea de a doua situație. Am sfârșit sesiunea într-o atmosferă destinsă și i-am sugerat Cristinei să se privească în oglindă când îl spune pe „nu vreau” și să spună altfel dacă nu-i place cum arată (sugerarea schimbării comportamentului, prin introducerea ideii de frumos).

#### Comentarii:

Aceasta a fost una dintre cele mai prolifiche sesiuni terapeutice ținând cont de impactul pe care l-a avut povestirea metaforică asupra Cristinei. Ea a realizat o punte de conectare între sine și evenimentele din povestire, fără să se simtă în pericol să facă asta, așa cum s-a întâmplat printr-o abordare directă.

În sesiunea următoare am pornit discuția de la povestea fetiței care l-a luat pe „nu vreau” în brațe și am făcut asociații cu situațiile din viața ei reală. Mi-a precizat că acasă ea spune mai des „nu vreau”, dar nu spune și „vreau”, deși a constatat că atunci când se uită în oglindă este mai drăguță atunci când spune „vreau”.

La rândul ei, mama îmi comunică că a observat o schimbare în comportamentul fetiței. Este mai maleabilă, mai afectuoasă, mai puțin negativistă.

Am propus să continuăm jocul în care ea este copacul și eu norul, dar de data aceasta, doar prin desen. Am făcut împreună o serie de 6 desene, la care Cristina le-a imaginat povestiri adecvate.

Desenul 56: Copăcelul era obosit pentru că-l încălzise soarele prea tare. Acum adormise și visa că vine ploaia ca să-l răcorească. Norul acoperise puțin soarele ca să-l apere pe copăcel.

Desenul 57: Norul a adus ploaie și a venit cu puiul lui, o fetiță. Copăcelul a avut un pui. Ploaia îi răcorea pe cei doi copacei.

Desenul 58: A venit un nor mare de tot. Cerul era aproape negru și soarele aproape nu se mai vedea. Ploua cu piatră și fulgera. Copacului i s-au rupt niște crengi. El nu putea face față furtunii. S-a culcat la pământ.

Desenul 59: Ploaia s-a mai potolit. Soarele a apărut din nou. Norul l-a ajutat pe copăcel să se ridice de la pământ. Pe copăcel îl dureau locurile de unde i se rupseseră crengile în furtună. A apărut și multă iarbă.

Desenul 60: Soarele strălucește pe cer. Mai picura puțin. Copăcelul se vindeca sub lumina soarelui. Iarba este verde acum.

Desenul 61: Copăcelul a crescut, a devenit puternic. Este verde. Este foarte aproape de nor pentru că vrea să-i mulțumească.

#### Comentarii:

Prin norii care plouă, furtună, soare, am creat diferite situații provocative care au obligat-o pe Cristina, care se identificase cu copacul, să găsească soluții de a rezista factorilor stresanți. Am căutat să înțeleg care sunt posibilitățile ei de însănătoșire, resursele ei și pe de altă parte, să-i sugerez metaforic ideea vindecării rănilor provocate de traumă. În toate aceste situații, fetița a reacționat foarte bine, iar mesajele ei au fost foarte sugestive.

Sora ei are o apariție discretă în desenul 57, pentru a dispărea în al 58-lea desen, când furtuna era foarte puternică. În această situație dramatică, un copac dispare, celălalt rămâne, dar este doborât la pământ (o evocare a stării ei negative, depresive). În desenul următor, copacul se ridică (a integrat experiența din sesiunea trecută, chiar dacă poartă încă urmele rănilor trecutului), a apărut iarba (simbol al vieții). De data aceasta, ploaia și soarele hrănesc viața (a apărut dorința de a trăi).

Această bucurie de a trăi apare mai puternic în desenul 60, când iarba este colorată în verde, iar copacul este vindecat. Acest copac este mai mare, starea afectivă este pozitivă.

Ultimul desen este mărturia puterii ei generatoare: copacul este mare, vindecat, plin de viață și culoare.

Remarc gestul frumos de mulțumire pe care îl face copacul spre nor (dovada unei relații terapeutice bune).

#### Comentarii finale:

Demersul terapeutic a durat doar 3 sesiuni, în care Cristina a realizat indirect, prin desen și povestiri metaforice, să-și exprime deprimarea și apoi să regăsească resurse pentru vindecare. În această intervenție, creativitatea a funcționat ca un limbaj primar pentru realizarea insight-ului și a vindecării. Părinții la rândul lor, au înțeles dorința fetei de dragoste necondiționată și protecție, modificându-și atitudinea față de Cristina. În acest fel, fata nu a mai avut nevoie să-și păstreze comportamentul opoziționist.

Ne-am revăzut după 10 luni. Observ o mare schimbare în aspectul ei exterior. Este mai cochetică, acordă importanță felului în care se îmbracă. Între timp, Cristina a început școala, cu rezultate foarte bune. Nu mai plânge și are



relații calde cu părinții. I-a povestit mamei istoria fetei care l-a luat pe *Nu vreau* în brațe și ori de câte ori a spus *Nu vreau*, mama a avut grijă să o atenționeze, spre amuzamentul amândorura.

La dorința Cristinei, am mai avut o serie de 6 întâlniri în care am abordat prin desen și joc cu păpuși, modelaj cu lut, diferite situații din viața ei: relația cu colegii de clasă, ce înseamnă să fii o bună prietenă, cum să se înțeleagă mai bine cu părinții. Am urmărit în special, descoperirea unor modalități mai bune de rezolvare a diferitelor situații problematice, stimularea creativității, a expresivității și creșterea încrederii de sine.

În una din aceste întâlniri mi-a vorbit indirect, prin intermediul jocului de păpuși, despre sora ei (era pentru prima oară când o făcea de bună voie), istorisind întâmplări petrecute împreună (jocurile, darurile primite de la părinți etc). Cristina se simțea liberă acum să păstreze și să povestească în acest fel toate amintirile plăcute legate de sora ei și aceste amintiri nu vor muri niciodată. Este un semn că a depășit momentul traumatizant legat de decesul surorii ei.

## II.11. Robert – cel neastâmpărat (caz redactat de Geanina Cucu Ciuhan)

Robert este un copil diagnosticat cu hiperactivitate și deficit de atenție. El are 9 ani și este elev în clasa a III-a.

**Date diagnostice.** La începutul tratamentului, pe Scala de evaluare a hiperactivității cu deficit de atenție, completată de învățător, Robert prezenta 10 dintre cele 14 simptome ale hiperactivității cu deficit de atenție. Scorul total (27), deși mult peste media normalității, era la limita semnificației clinice. Copilul are un nivel intelectual mediu slab (QI=88, Matrici Progresive Raven Color). Este un copil extravert, optimist și vesel, cu o dorință foarte mare de a participa și de a merge înainte. Este însă dominat de instincte, agresiv și cu o permanentă nevoie de mișcare. Copilul nu are percepția corpului propriu în relație cu mediul, nu-și poate controla propriile răspunsuri și emoții. Este un copil fără granițe personale.

Este adus la cabinetul psihoterapeutic de ambii părinți, care se plâng de agresivitatea manifestă a copilului în relația cu ceilalți colegi și de capacitatea lui scăzută de a-și concentra atenția în timpul lecțiilor.

## Desfășurarea demersului terapeutic

O parte esențială a modelului de lucru experiențialist este dezvoltarea normală a copilului. Dezvoltarea sănătoasă și neîntreruptă a simțurilor, corpului, sentimentelor și intelectului este baza imaginii de sine a copilului. Majoritatea copiilor care au nevoie de ajutor au un lucru în comun: unele imperfecțiuni în funcțiile lor de contact. Funcțiile de contact sunt: privirea, vorbirea, atingerea, ascultarea, mișcarea, mirosul și gustul. Copiii cu probleme nu sunt capabili să utilizeze una sau mai multe funcții de contact în relaționarea cu adulții din viața lor, cu alți copii sau cu mediul în general. Buna utilizare a neutilizarea funcțiilor de contact este un semn al forței sau slăbiciunii interioare a copilului (V.Oaklander, 1988).

Am centrat demersul terapeutic pe îmbunătățirea imaginii de sine. În acest scop, am creat o atmosferă caldă, încercând ca în primele sesiuni terapeutice să-i ofer copilului un spațiu sigur și protejat în care el să se poată desfășura. Am plecat de la ideea că primul pas spre o schimbare reală și de durată este ca Robert să se accepte pe sine așa cum este, cu alte cuvinte, să-și cunoască dificultățile și să și le accepte. Odată realizat acest obiectiv, copilul va lua singur hotărârea de a introduce schimbarea.

Când a venit la cabinet, Robert avea o imagine de sine proastă și incompletă. El nu-și găsea centrul de echilibru și era pe cale de a pierde contactul cu realitatea, trăind în același timp un puternic sentiment de inferioritate. Avea momente când sistemul său senzorial kinestezic se bloca (ex: cădea inexplicabil cu scaunul din bancă). Alteori se manifesta agresiv, în special la școală. Nu vedea pe unde merge și se lovea de bănci, obiecte și colegi (sistem vizual blocat). Adesea nu răspundea la întrebări sau răspundea cu altă idee (sistem auditiv blocat).

## Tehnica focalizării

Teoria focalizării își are rădăcinile în terapia rogersiană și a fost elaborată de E.T.Gendlin în 1981. Se pune accentul pe experimentul corporal, mai exact pe acele momente ale experimentului care sunt confuze, nefamiliare, marginale și vagi. Teoria focalizării pleacă de la ideea că schimbarea nu se poate produce dacă persoana trăiește numai experiențe familiare. În psihoterapie se pune un foarte mare accent pe simțul corporal. Principalul efort al terapeutului se îndreaptă spre a-l ajuta pe copil să devină conștient de starea sa în situațiile problematice. Gendlin propune un demers terapeutic compus din șase pași. Primul studiu legat de utilizarea acestei tehnici în psihoterapia copilului a fost publicat în 1986 de psihoterapeutul american G.Neagu.

În aplicarea tehnicii focalizării la copii trebuie să se plece de la premisa că relația terapeutică este mult mai importantă decât tehnica în sine. Ca regulă, nu se aplică tehnica decât dacă copilul dorește să schimbe atmosfera (sau nu-și

exprimă clar opțiunea pentru altă activitate) și i se lasă întotdeauna posibilitatea să iasă din joc dacă dorește.

Am luat hotărârea de a începe cu această tehnică deoarece am constatat că Robert avea mereu ceva de reproșat celor din jurul său. Astfel, unii prieteni „se prefac că-i sunt prieteni”, „dușmanii” lui au pus ceva pe gheața lacului pe care el patina (era iarnă) pentru ca el să se împiedice, tot ei au pus și cioburi de sticlă pentru ca el să se taie, colegii îi folosesc și îi distrug obiectele, etc. Atunci când se simțea „insultat”, Robert acumula energia negativă, îi creștea tensiunea musculară și singura modalitate de a se elibera de această tensiune era să-l lovească pe „agresor”.

*Pasul 1:* L-am propus lui Robert un joc în care el trebuie ca la fiecare început de ședință să se plângă de toate nemulțumirile pe care le are, de toate lucrurile sau situațiile care îl înfurie sau îl deranjează. L-am înregistrat în timp ce vorbea, iar apoi l-am pus să asculte caseta. După fiecare nemulțumire auzită pe casetă am întrerupt ascultarea și l-am încurajat pe Robert să se întoarcă spre sine și să conștientizeze cum anume îl face lucrul sau situația respectivă să se simtă. Scopul a fost dublu: pe de o parte de a-l învăța pe copil să-și acorde un timp în care să-și asculte propriile sentimente, iar pe de altă parte de a-l învăța să nu-i fie frică de propriile sentimente și să le valorizeze.

Nemulțumirile enumerate de Robert au fost:

1. Nu-mi place când tata îmi spune să nu mă joc cu copiii mai mari ca mine.
2. Mă deranjează când tata nu mă lasă să-mi cumpăr pistoale cu bile, pentru că spune că se strică repede.
3. Mă deranjează când tata îmi spune să nu mă joc cu copiii care s-au luat mai demult de mine.
4. Mă deranjează când mama nu mă lasă să ies afară dacă vede că tușesc.
5. Mă deranjează când Dragomir (coleg de clasă) se ia de mine fără să-i fac nimic.
6. Mă deranjează când mă vorbesc colegii de rău.

*Pasul 2:* L-am cerut copilului să aleagă nemulțumirea care îl deranjează cel mai mult. A ales-o pe cea cu numărul 5 (relația dintre Robert și respectivul coleg de clasă era foarte tensionată și încărcată de agresivitate, cei doi punând practic în pericol aproape în fiecare pauză atât propria lor securitate fizică, cât și pe cea a colegilor).

*Pasul 3:* L-am cerut lui Robert să deseneze problema, iar apoi să deseneze senzația corporală pe care o are atunci când se gândește la nemulțumirea respectivă. Acest lucru are darul de a-l ajuta să se distanțeze și îi dă sentimentul de control asupra problemei. Robert și-a desenat corpul plin de mici rotocoale roșii, pe care le-a descris ca fiind mușchii lui încordați din cauza tensiunii pe care i-o provoacă relația cu colegul său. Acesta a fost desenat, alături, cu pumnii „uriași” îndreptați asupra lui. (v. note – desenul 62).

*Pasul 4:* Am insistat pe senzația corporală descrisă de Robert și am accentuat-o (amplificare). Acest lucru l-am realizat cerându-i copilului să se deseneze din nou pe sine pe o altă coală și să încerce să localizeze cât mai exact zonele unde simte „mușchii încordați”.

*Pasul 5:* L-am întrebat pe Robert ce anume îl face să simtă senzația corporală de încordare. El a spus că în astfel de momente se enervează foarte tare.

*Pasul 6:* L-am încurajat să continue trăirea senzației de tensiune, de încordare musculară. După un timp, l-am întrebat dacă nu cumva dorește să întrerupă respectiva senzație.

Cei șase pași sunt o nouă metodă prin care copilul învață să trăiască cu o problemă. El înțelege astfel că persoana lui nu este sinonimă cu problema și că se poate separa de ea și, în același timp, să continue să o trăiască.

### **„Mușchii” lui Robert**

Am creat acest exercițiu terapeutic special pentru Robert, în urma aplicării timp de câteva ședințe a tehnicii focalizării.

Am luat o coală mare de hârtie pe care am lipit-o pe perete. L-am rugat pe Robert să se așeze cu spatele la coala respectivă, lipit de ea. L-am spus că eu voi încerca să-i desenez conturul corpului. Odată operațiunea terminată, am dezlipit coala de pe perete și am întins-o pe masă. Robert a fost foarte încântat de rezultat. Atunci i-am spus că sarcina lui va fi să-și coloreze imaginea corpului. Dar nu oricum, ci în urma unei analize tactile atente cu palmele și cu degetele de la mâini. L-am spus că ne interesează în primul rând mușchii lui: atunci când identifică un mușchi, trebuie să-i observe atent forma și apoi să o deseneze întocmai. Rezultatul a fost că mușchii lui Robert apăreau pe coala de hârtie sub forma unor rotocoale mici și roșii, el reușind să exprime în desen nivelul ridicat al tensiunii musculare (v. note – desenul 63). Un alt aspect a fost însă și mai clarificator: pe post de mușchi apăreau și zone osoase (genunchiul, umărul, călcâiul), copilul motivând că și acolo sunt mușchi pentru că zona e tare. Apărea astfel clar imaginea deformată a propriului corp. L-am explicat ce este un mușchi și i-am luat ca exemplu palma. L-am rugat pe Robert să pună palma stângă pe coala de hârtie și cu mâna dreaptă să deseneze conturul. Apoi l-am rugat să pipăie cu atenție palma și degetele de la mâna stângă și să deseneze toți mușchii pe care îi poate identifica. După o „muncă” de 10 minute, Robert a identificat 20 de mușchi pe palma sa stângă, desenați cu destulă acuratețe (ca poziție și dimensiune). Apoi a repetat operațiunea cu palma dreaptă.

În ședința următoare, Robert a trebuit să-și deseneze mușchii de pe mâini, picioare, mușchii feței și mușchii abdominali. L-am rugat să deseneze cu altă culoare. Pe planșa obținută în final se putea observa cu ușurință cum

rotocoalele mici și roșii din prima ședință a luat forme alungite, mult mai apropiate de forma reală a mușchilor.

*„Prietenii și dușmanii mei” sau „Exercițiu de autocunoaștere”*

În imaginarea acestei tehnici am plecat de la ideea, verificată în cazul persoanelor adulte, că acele informații din mediu care-l afectează puternic pe om sunt de fapt propriile lui proiecții. Am presupus că acest lucru trebuie să fie valabil și în cazul copiilor, păstrând proporțiile. Astfel, acele persoane pe care copilul le detestă, întruchiează chiar propriile lui trăsături de personalitate, de care nu este conștient (trăsături inconștiente). Intensitatea trăirii negative este chiar intensitatea trăsăturii respective. Astfel, primul motiv menționat de copil trebuie să fie trăsătura cu cea mai mare intensitate. De asemenea, acel personaj pe care copilul îl admiră cel mai mult întruchiează trăsături de personalitate inconștiente ale acestuia, și anume ceea ce psihologii umaniști numesc nucleul pozitiv. În orice copil, indiferent cât de hiperactiv, de obositor, de agresiv și de enervat ni s-ar părea că se comportă, există și un nucleu de trăsături pozitive, care așteaptă să fie puse în valoare. Noi nu le observăm, și nici chiar el nu știe că ele există. După părerea mea, unul dintre scopurile principale în tratamentul acestor copii este de a-i ajuta să-și cunoască și să-și pună în valoare aceste trăsături de personalitate. Tehnica acționează în sensul cunoașterii de sine.

I-am dat lui Robert o coală de hârtie format A4 și creioane colorate.

Instrucțiuni: *„Primul lucru pe care te rog să-l faci este să împarți foaia în două jumătăți egale, pe verticală, cu creionul.”* (I-am arătat cum să facă acest lucru.) *„Acum, te rog să te gândești la persoanele care nu-ți plac de loc, care te enervează la culme, pe care tu îi consideri dușmani. După ce te-ai gândit bine, te rog să desenezi în jumătatea stângă a foii.”* După ce Robert a terminat de desenat am continuat: *„Acum te rog să te gândești la trei motive pentru care nu-ți plac copii respectivi, ce anume fac ei și ție nu-ți place.”*

Robert a desenat doi băieți cu care el se întâlnește în fața blocului, când iese la joacă. A spus că-l deranjează cel mai mult atunci când se iau de un prieten al lui (pe care îl cheamă tot Robert), când se leagă de copiii din fața blocului de față cu părinții lor și când pun petarde la ușa lui, pe scara blocului. (v. note – desenul 64).

L-am rugat pe Robert să se gândească și să-și amintească dacă nu cumva și el s-a luat vreodată de un copil, chiar în prezența părinților lui. Mi-a spus că s-a întâmplat acest lucru „doar o singură dată” și mi-a povestit situația. Apoi l-am întrebat dacă el a pus vreodată petarde la ușa cuiva pe scara blocului. Robert mi-a răspuns că da, pentru că i s-a părut amuzant.

Apoi am continuat astfel: *„Acum, te rog să te gândești la acele persoane de care îți place cel mai mult, pe care îi consideri prietenii tăi. După ce te-ai gândit bine, te rog să-i desenezi în jumătatea dreaptă a foii.”* După ce

Robert a terminat de desenat am continuat: *„Acum te rog să te gândești la 3 motive pentru care îți place de acești copii, ce admiri cel mai mult la ei.”*

Robert a desenat doi frați, o fată și un băiat (Robert și Isabela) care locuiesc cu el pe scară. A spus că cel mai mult îi place la Robert (prietenul lui) că nu plânge niciodată și că și el se străduiește să-i urmeze exemplul și să nu plângă din orice. De asemenea, îi place că-l protejează, și în schimb și el face tot ce poate ca să-l protejeze de eventualii „agresori”. (v. note – desenul 64).

După șase luni de tratament simptomele lui Robert s-au ameliorat simțitor, reprezentând doar 6 din cele 14 simptome ale hiperactivității cu deficit de atenție la Scala de evaluare a hiperactivității cu deficit de atenție, completată de învățător, și un scor total de 21, mult sub limita semnificației clinice.

### CAPITOLUL III: Experiența pierderii și a durerii la copii. Repere în consiliere.

#### III.1. Pierderi așteptate versus pierderi neașteptate

Definim pierderile așteptate ca fiind acele pierderi conștientizate și pentru care te poți pregăti în avans. Pierderile neașteptate sunt rezultatul întâmplării, al evenimentelor care nu pot fi anticipate.

Vom încerca să luăm în discuție toate aspectele pierderii și durerii aplicate la copilărie, recunoscând natura unică a acestei suferințe. Cu siguranță că profunzimea experiențelor durerii diferă de la un caz la altul. Încă de la naștere copilul experimentează schimbări cauzate de separație și pierderea unui anumit model de dezvoltare. După naștere urmează și alte asemenea modificări, în funcție de stadiile de dezvoltare. Probabil că cele mai pregnante schimbări se produc la pubertate (Lendrum și Syme, 1992), schimbări esențiale trecerii spre maturitate, o sursă a stresului pentru mulți copii. Copiii au nevoie de sprijin din partea adulților, față de care manifestă un puternic atașament și care îi pot ajuta să rezolve sentimentele de pierdere implicate în asemenea situații. Atunci când se instalează un oarecare confort, acesta va reprezenta un fundament pentru ca ei să poată face față viitorului. Multe pierderi nu sunt recunoscute și nici apreciate la adevărata lor valoare. Schneider (1994) arată că jelirea și tristețea pot afecta dezvoltarea normală, alterând așteptările individului și percepția sa asupra lumii sau, dimpotrivă, pot mări oportunitatea pentru creșterea și rezolvarea altor experiențe.

Studiile lui Bowlby (1971, 1973) arată că în primele șase luni de viață, copiii dezvoltă un atașament special față de persoanele care îi îngrijesc. De asemenea, experimentează reacții dureroase speciale, mai ales dacă are loc separarea lor de obiectul atașamentului. Copiii sunt capabili să rezolve pierderile dacă au o relație de securitate rezonabilă cu propriii părinți înainte de apariția pierderii, dacă primesc informații prompte și clare despre pierdere, dacă li se permite să participe la durerea familiei.

Pierderea copilului diferă de pierderea adultului în multe modalități. Din punctul de vedere al dezvoltării personalității, copiii sunt mai puțin pregătiți să se confrunte cu pierderea. Experiența și deprinderile lor cognitive

sunt limitate, iar abilitatea lor de a da un anumit sens experiențelor este redusă. De asemenea, au un control redus asupra circumstanțelor în raport cu adulții, depind de ceilalți, sunt primii care recunosc faptul că se află în suferință, anticipă și cer îndeplinirea nevoilor. Uneori, suferința lor poate fi minimalizată și considerată inexistentă de către adulți. În cazurile în care durerea nu este înțeleasă, durerea experimentată de către copil nu este interiorizată și asumată, el încercând să nege procesul de jelire care îl face și mai capabil să rezolve durerea.

Apar evenimente care au inevitabil rezultate dureroase și care au nevoie să fie înțelese și depășite. Schimbarea școlii, mutarea într-o altă casă, apariția unor probleme serioase cum ar fi hospitalism sau moartea unui prieten drag – sunt numai câteva exemple de pierderi experimentate de către copii în timpul vieții. Chiar și nașterea unui nou frățior poate fi resimțită ca o pierdere a poziției de copil unic și a avantajelor care decurg din aceasta. Factorul comun în toate aceste situații este dat de teama de a pierde atașamentul și dragostea părintească. Fiecare copil a suferit un anumit tip de pierdere în timpul copilăriei sau chiar, în anumite cazuri, pierderi multiple (divorț, decesul bunicii, schimbarea școlii). Pierderea mediului familial stabil înseamnă și o mulțime de alte pierderi, ca: nevoia de a schimba casa sau școala, pierderea contactului cu alți membri ai familiei și chiar pierderea animalelor preferate. Toți copiii, inclusiv cei care nu arată semne evidente de durere, au nevoie de suport și de îngrijire din partea adulților în validarea sentimentelor și încorporarea pierderilor în rândul experiențelor de viață. Acolo unde există violență sau abuz, efectele asupra copilului necesită intervenția imediată a unui specialist.

Nu toate pierderile sunt cauzate de separație. Copiii pot experimenta un întreg nivel al pierderii interioare ca pierderea identității, confidenței sau stimei de sine. Este vital pentru un copil ca aceste pierderi să fie recunoscute sau să fie luate în serios. În timpul adolescenței, majoritatea se confruntă cu stres specific cauzat de modificările corporale, ale relațiilor, ale imaginii de sine, ale identității sexuale și ale așteptărilor parentale. Nu este surprinzător că acești factori, combinați cu creșterea independenței și a retragerii graduale de sub influența parentală, îl poate pune pe adolescent în situația de a fi copleșit de sentimentele de pierdere și insecuritate. Adolescenții experimentează puternic aceste sentimente, se tem de pierderea controlului asupra propriilor emoții și, deseori, maschează reacțiile prin diverse strategii: activitate sexuală crescută, relații conflictuale cu cei din jur etc. (Dyregrov, 1991).

În multe situații pierderile pot fi anticipate. Ca o parte a procesului de dezvoltare stadială, copiii se pregătesc pentru viitor. Pregătirea copiilor pentru pierderi înseamnă capacitatea de a le spune „la revedere” și dezvoltarea unor strategii de a le face față. Atunci când copilul este prea mic pentru a anticipa

pierderea, munca de dezvăluire poate fi făcută de către adulții din jurul acestuia. Copiii pot fi introduși în problematica pierderilor prin discuții și chiar folosind

cărți sau alte surse. Experiențe ca începerea școlii, nașterea unui frățior, moartea unui bunic necesită o pregătire specială. Pierderile neașteptate sunt mult mai dificil de rezolvat pentru copii. Deseori sunt asociate cu evenimente traumatice și chiar adulții consideră dificil a le face față. În cazul morții neașteptate, Dyregrov (1991) atrage atenția în ceea ce privește distincția care trebuie făcută între efectele cauzate de natura traumatică a morții și reacțiile dureroase. Wolfelt (1992) descrie câteva mituri comune referitoare la durere: durerea unui copil este de scurtă durată, experiența durerii și jelierii poate fi predictibilă, scopul ajutorului acordat copiilor este depășirea durerii și jelierii. Autorul menționează faptul că fiecare copil răspunde la durere într-o modalitate personală. Nu există o cale unică pentru jelire și nici o formulă unică de parcurgere a procesului dureros. Există totuși reacții comune experimentate de majoritatea copiilor aflați în suferință. Reacțiile imediate includ: șoc, negare, protest, apatie. Pierderii inițiale îi răspund de regulă prin negare, crezând că prin această modalitate pot ține durerea la distanță. Fixarea acestei atitudini poate produce neplăceri îngrijitorilor și este recunoscută ca fiind un mecanism de apărare incapabil să ajute copilul să-și rezolve propria durere. Există și copii care răspund la pierdere printr-o disperare imediată și care nu poate fi eliminată atât timp cât obiectul durerii reapare (Dyregrov, 1991). Pe lângă aceste patternuri comune, gama manifestărilor include o mare varietate de reacții: anxietate, tristețe, vinovăție, rușine, dezorganizare, tulburări de somn și simptome fizice (Wells, 1988). Unele reacții nu apar în mod clar și de aceea pot fi interpretate în mod greșit sau incomplet înțelese de către aparținători și îngrijitori. Chiar și în cazurile în care este evidentă pierderea suferită de către un copil, cu greu se poate admite ideea că un anumit tip de comportament al acestuia este consecința durerii.

Fiecare copil experimentează în mod unic o varietate de gânduri, sentimente și comportamente. În funcție de aceasta se nasc și anumite nevoi: reasigurare acolo unde situația o face posibilă, răspunsuri oneste la întrebările legate de pierdere, recunoașterea problemei și asigurarea că a fost luat în serios, suport emoțional pentru eliminarea disconfortului (anxietate, frustrație, îndoieli, vinovăție, disperare, singurătate, insecuritate), să fie ajutat să-și exprime jalea într-o modalitate apropiată sufletului său, să participe la ceremoniile familiale în cazul în care pierderea include întreaga familie, să fie ajutat să plângă, să fie ajutat să depășească în timp aceste pierderi și să recapete bucuria de trăi.

### III.2. Fazele durerii și reacțiile comportamentale caracteristice la copii

Fiecare experiență dureroasă este unică. Fiecare proces dureros prin care trece copilul include trei faze: durerea de început, durerea acută și durerea subsidiară. Fazele urmează una după alta și includ, la rândul lor, mai multe componente.

La fel ca adulții, copiii trec prin aceste faze la fiecare pierdere suferită, oricât de minoră ar putea fi aceasta. Pentru că expresia durerii fizice și a celei sufletești în cazul copiilor diferă de cea a adulților, este important ca cei care lucrează în munca de consiliere cu aceștia să recunoască reacțiile lor comportamentale, pentru a găsi cea mai bună modalitate de răspuns. S-a constatat că acei copii care primesc sprijin din exterior vor trece mai ușor și mai sănătos prin pierdere și chiar mai productiv pentru varietatea sentimentelor exprimate.

În cazul durerii de început (timpurii) cele mai comune reacții includ negarea (disocierea, hiperactivitatea, iritabilitatea, protestul), alarma și panica. Toate aceste reacții pot determina stres și iritabilitate.

Conștient sau inconștient, negarea este un mecanism care ajută la prevenție, evitare și reducerea anxietății. Ajută la suprimarea acelor emoții care ne fac să ne simțim vulnerabili, la conservarea energiei necesare următoarelor faze.

În această fază nu este un lucru neobișnuit ca pentru câteva momente pierderea să fie pur și simplu uitată. Un efect al pierderii îl reprezintă disocierea. Mulți copii par a se mișca prin viață pur și simplu ca niște roboți, zăbind și răspunzând unor iluzii. Ei spun că se simt ca și cum n-ar fi în contact cu ei înșiși. Această experiență de disociere poate dura de la câteva ore până la câteva luni. Este posibil ca în această perioadă copilul să arate foarte puțin interes pentru tot ceea ce este în jurul său, să pară rupt de realitate, suspendat în timp și spațiu, să evite conversațiile și orice contact interpersonal, să se retragă din activitățile sociale.

Regresia este o altă caracteristică ce poate însoți durerea. Regresia poate include de asemenea manifestări mai speciale: lovituri, mușcături, murdărirea hainelor, creșterea activității orale (își sug degetele sau părul, mușcă hainele, creioanele).

Unii copii pot exprima faptul că au nevoie de mai multă securizare devenind mai posesivi decât de obicei sau chiar furând. Regresia copiilor îi determină adesea pe adulți să fie îngrijorați, temându-se de faptul că modificările circumstanțiale în sfera comportamentului s-ar putea



permanentiza. Pe cât de iritabil ar putea fi răspunsul de acest gen al copilului, nu este, de obicei, o alegere conștientă a acestuia. Stresurile majore, cum ar fi moartea unui părinte sau divorțul părinților pot determina comportamente regresive care pot dura câteva luni de zile, apărând în mod recurent și cu potențial de repetare chiar și la intervale de câțiva ani, când ceva reînvie experiența pierderii. Odată ce copiilor li se permite să-și exprime supărările și să facă unele reajustări necesare, ei revin de obicei la nivelul de echilibru anterior. Regresia poate fi o parte a procesului de vindecare după pierdere, pentru marea majoritate a copiilor. Deși nu trebuie să fie duri cu copilul, totuși părinții trebuie să își impună deciziile cu fermitate. Adulții care se tem că prin comportamentul regresiv copilul poate deveni penibil în preajma altor copii, pot cere acestuia să restrângă comportamentele respective la mediul privat al casei. După o perioadă rezonabilă de timp, vor putea cere copilului să își reajusteze comportamentele la cele potrivite cu vârsta, concentrându-se pe câte o activitate care să ajute copilul să își asume încet actele și responsabilitățile anterioare.

Este important să se stabilească expectații și perioade de timp corecte. Se poate apela la terapia prin joc de scurtă durată, dându-i astfel copilului posibilitatea să se comporte în virtutea regresiei comportamentale pe care o manifestă. În același timp, adultului i se oferă posibilitatea să găsească modalități de comunicare mai ușoare cu copilul, astfel încât problemele legate de pierdere să fie discutate, fără ca adultul să fie implicat într-o situație stresantă.

Copiii cu un părinte absent pot nega realitățile circumstanțiale care au generat pierderea și refuză să creadă că părintele nu mai este disponibil pentru ei. Ei se pot bucura de amintirile pe care le au cu părintele respectiv, pot privi poze, scrisori, într-un mod obsesiv uneori. Pot merge până într-acolo încât sunt capabili de orice compromis, numai să-și vadă părintele sau să îl sune la telefon.

Pot învinui în mod furios pe cel care îi îngrijește sau pe alții pentru absența părintelui pierdut. Atunci când adultul care îngrijește copilul se simte la un moment dat sub nivelul adultului dinaintea sa, poate avea parte de reacții extrem de neplăcute din partea copilului și care pot fi depășite cu mare dificultate. Cu toate acestea, deși comportamentul copilului poate determina resentimente sau gelozie din partea adultului implicat, este totuși un semn din partea copilului că poate dezvolta sentimente puternice de atașament, că acceptă să fie îngrijit de cineva și că poate răspunde cu aceeași dragoste.

Distragerea, devierea și hiperactivitatea sunt alte reacții comportamentale la pierdere. După o pierdere, mulți oameni, de toate vârstele, pentru a evita să se gândească la ceea ce s-a întâmplat, pot deveni foarte, foarte activi.

Copiii începe să le displace să se joace singuri și, ca atare, cer compania altei persoane sau privesc în mod constant la TV, pentru a-și distra atenția de la ceea ce s-a întâmplat. Sau își pot concentra toată energia în activități școlare, sport, cluburi sau hobby-uri, lucruri care le oferă deopotrivă o activitate care îi ține ocupați și îi face să se simtă competenți. Unii încep să fie preocupați de problemele celorlalți. Adolescenții folosesc adesea căștile casetofonului sau telefonul pentru a umple timpul liber și pentru a-și bloca reacțiile interioare. Unii pot începe să recurgă la alcool sau la droguri, pentru că acestea îi ajută să uite de problemele cauzate de pierderile suferite.

Atunci când se așteaptă de la ei să fie tăcuți sau concentrați, unii copii pot să asculte sau să danseze rock, să se masturbeze sau să cânte și să își vorbească sieși. În cele mai multe cazuri, aceasta se întâmplă în timpul nopții, dar se poate întâmpla și la școală. Oriunde ar apărea, asemenea comportamente sunt extrem de jenante sau enervante, mai ales atunci când îi împiedică pe ceilalți să se odihnească sau să studieze. Din nefericire, mult prea frecvent atât profesorii, cei care supraveghează copilul, cât și pediatrii, pot decide că aceia care trec prin asemenea faze au nevoie de îngrijire medicală, fără a realiza că este vorba de o fază normală a exprimării durerii. Este indicat un control neurologic, acești specialiști fiind mai în măsură să diferențieze între o stare de agitație datorată durerii, care cere timp și suport, și deficiențele de concentrare a atenției sau tulburările hiperactive care trebuie tratate dintr-o perspectivă pur medicală.

O altă consecință a pierderii o reprezintă reacția față de alarmă și panică. Este firesc pentru oricine să simtă frică față de perspectiva pierderii celor pe care îi iubește. Adulții se pot întreba dacă viața mai merită trăită, dar cei mai mulți au învățat că își pot continua viața și după pierderea cuiva de care au depins cândva. Copiii, pe de altă parte, au avut prea puține experiențe de acest gen sau chiar le-au lipsit în totalitate. Depinzând de alții, care au grijă de ei, ei sunt mult mai vulnerabili pentru că, fără această grijă, ei pot muri cu adevărat. Pentru că pierderea cuiva iubit este asimilată unui risc fizic, copilul reacționează ca și în cazul unei amenințări la propria viață. Aceasta poate determina manifestări somatice specifice: creșterea pulsului, tensiune musculară, uscarea gurii etc. Aceste reacții psihologice normale îi pot face să se simtă anxioși, cuprinși de panică (ce poate dura uneori până la câteva ore) și sleiți de puteri pentru a merge mai departe.

Unii psihologi sunt de părere că insomnia ce apare după o pierdere majoră este legată pur și simplu de resimțirea pericolului în care se găsesc („Nu pot să dorm pentru că nu sunt sigur că inima mea va mai bate după ce mă trezesc”). Copiii trebuie reasigurați de faptul că propria moarte este ceva mult prea îndepărtat și că temerile prelungite de această natură nu se pot justifica. În cazul în care copilul este încă foarte anxios, atunci se poate face o



examinare medicală, pentru a liniști copilul că totul este în ordine și nimic rău nu i se poate întâmpla.

Faptul că poate lua cu el la culcare o jucărie sau un animal de care este foarte atașat îl poate face să se simtă mai puțin vulnerabil. De exemplu, studiile arată că privitul peștilor într-un acvariu produce relaxare și scăderea tensiunii musculare, ba chiar și reducerea presiunii sângelui. Împărtășirea unor gânduri, prezența unor gesturi prietenești îl vor face pe copil să se simtă acceptat și îngrijit, mai mult, îi va demonstra faptul că cineva își asumă responsabilitatea pentru viața lui, nu numai pentru nevoi și sentimente.

✓ Anxietatea de separare apare adesea în momentele în care îngrijitorul dispare pentru o perioadă scurtă de timp sau atunci când părinții hotărăsc să se separe. Acest tip de anxietate poate fi trăit în mod intens, mergând până la coșmaruri. Reacțiile de separare la copiii mici pot îmbrăca forma regresiei sau a depresiei atunci când sunt separați de proprii părinți (îngrijitori), reacții ce pot persista o perioadă mai îndelungată după ce copilul și aparținătorul se reunesc, din cauza temerii copilului că îngrijitorul poate pleca sau ar putea dispărea din nou.

Dacă îngrijitorul copilului se îmbolnăvește, copilul se teme că acesta se va separa și că ar putea decide să nu se mai întoarcă la el (Linn, 1990, pag. 25). Părintele nu poate părăsi camera fără a auzi un frenetic strigăt: „Unde ești, mamă?”, iar atunci când merge la toaletă aude imediat copilul vorbind sau ciocănind la ușă. Copiii stau și ascultă la conversațiile adulților care se axează pe pierdere și separare. Răspunsul nonverbal al copilului la întoarcerea mamei de la spital (după o cură) este de ignorare în prima zi și, mai apoi, un zâmbet în ziua următoare, când îi pregătește micul dejun. Anxietatea de separare se manifestă și atunci când copiii dorm departe de îngrijitori sau când aceștia sunt departe de ei. În familiile în care unul dintre copii a decedat, ceilalți frați pot să nu mai vrea să meargă la școală, iar atașamentul față de un părinte decedat poate crea dificultăți școlare de proporții.

Atunci când părinții se hotărăsc să petreacă un sfârșit de săptămână fără copii, lăsându-i la bunici, este indicat să se lase acestora un număr de telefon la care pot suna și vorbi cu ei în orice moment.

✓ Anxietatea de separare se produce și atunci când are loc tranziția de la un îngrijitor la altul. Nu de puține ori mamele se culpabilizează atunci când trebuie să meargă la serviciu, iar copilul rămâne bocind în urmă. Ce poate fi făcut în asemenea cazuri? Copilul trebuie reasigurat în mod absolut că mama se va întoarce după câteva ore. Din când în când, se poate apela și la telefon, pentru a vorbi personal cu copilul. Pot fi încurajați să vorbească despre rutina zilei și este extrem de important ca din tonul vocii mamei să reiasă faptul că nimic rău nu s-a întâmplat cu ea. În cazul în care unul dintre părinți pleacă de

acasă pentru câteva zile, copilului i se poate da un calendar în care să bifeze fiecare zi până ce părintele se va întoarce.

Etapa secundară a procesului de jellire include câteva componente: dor și căutare, tristețe, teamă, anxietate vinovăție și rușine, experiența dezorganizării și disperării și, în final, începerea procesului de reorganizare. Fiecare fază ajută copilul să depășească pierderea prin acceptarea a ceea ce s-a întâmplat și prin începerea procesului de refacere și reasezare sufletească. Uneori copiii reprezintă o mixtură a acestor sentimente, nefiind ceva neobișnuit ca la un moment dat să predomină o stare, ca mai apoi un alt sentiment să devină predominant. Unii copii se pot simți copleșiți de anxietate sau tristețe, în timp ce alții, de teamă și culpabilizare. Chiar dacă aceste sentimente sunt prezente sub formă de mixtură sau în mod succesiv, în procesul de vindecare trebuie urmărite și tratate fiecare în parte.

✓ Cercetările indică faptul că sentimentele de ambivalență și conflictele interioare contradictorii legate de persoana pierdută complică procesul durerii, extinzând perioada de timp necesară refacerii. Copiii trebuie să știe că sentimentele și reacțiile lor sunt comune și normale în situațiile de durere, că reîntoarcerea la creativitate implică durere și că nu există cale de a scurta toate acestea, întreg procesul trebuind să fie parcurs. Este onest să cunoască faptul că plânsul este o parte a acestui proces și că trebuie să înțeleagă și să găsească o modalitate de a-i permite să se producă. Este foarte important pentru copil să simtă că se află în centrul preocupărilor adultului și că experiența sa are valoare în ochii acestuia. Mesaje de genul: „Sentimentele tale sunt importante pentru mine și-mi voi face timp să le ascult”, trebuie date cât mai des cu putință.

✓ Cel mai important moment este acela al începerii procesului de refacere și vindecare. După o vreme în care au experimentat toate sentimentele și trăirile normale în asemenea momente, copiii se hotărăsc să revină la o viață care să le asigure creșterea și dezvoltarea personală. Începe parcurgerea drumului bunăstării fizice și psihice. Aceasta înseamnă abandonarea trecutului și trăirea în prezent și viitor. Pe acest drum există multe obstacole, greutăți, popasuri, reîntoarceri, dar lucrurile vor evolua într-un sens pozitiv. Are loc integrarea celor întâmplate în sfera a tot ceea ce este bun în viața celui care a suferit pierderea.

### III.3. Refacere și reșezare. Consilierea copiilor (trști, depresivi, temători și agresivi) și a familiilor lor

✱ Majoritatea copiilor care au suferit pierderi mai păstrează în primele șase luni după pierdere dispoziția de doliu și durere. Încă se mai păstrează sentimentele de anxietate, furie, plânset lăuntric, iar capacitatea de concentrare și organizare este încă șubredă. Pentru cei mai mulți copii, ajutorul trebuie să sosească înainte ca ei să integreze în mod pozitiv pierderea. Acești copii pot rămâne furioși sau depresivi și chiar striviți sub ruinele propriilor pierderi. Sunt fără puterea necesară refacerii și reșezării pe noi fundamente. Unora le lipsește abilitatea de a se implica în relații cu ceilalți și chiar devin preocupați de probleme de sănătate care implică durere fizică. Se pot teme exagerat de mult de singurătate. Pentru copiii aflați în suferință, nimic în afară de eradicarea pierderii nu va aduce confortul adevărat, iar efortul care nu se încununează cu acest rezultat este privit ca nefolositor și chiar poate provoca furie și teamă.

Pierderea conține și o parte traumatizantă pentru copil, așa că orice intervenție din partea profesioniștilor trebuie să țină cont de acest aspect extrem de important. Nu este ușor pentru copil să străbată drumul refacerii și restructurării după pierdere. Toate tipurile de pierdere cer o perioadă de timp, necesară pentru liniștirea apelor, sau chiar un timp mult mai îndelungat pentru despăgubirile rezultate de pe urma procesului dureros. Este de preferat consultarea unui specialist în pierdere și separare, întrucât chiar acei profesioniști care lucrează de mult timp cu copiii se simt depășiți și neajutorați în fața pierderilor traumatice pe care le suportă copiii. Acest tip de intervenție necesită o pregătire și o practică în domeniul pierderilor, durerii, suferinței, speranței și morții. Un profesionist fără o asemenea practică se poate simți confuz, neștiutor, depășit și chiar poate înrăutăți starea sufletească a copilului aflat în situații dureroase.

✱ Semnele care sugerează aceste situații pot fi: deteriorarea relațiilor dintre copil și aparținător, prezența mult mai multor boli sau dureri la copil decât existau în mod obișnuit, activitățile copilului trădează intenția și efortul depus pentru a scăpa de anxietate, stres, durere, se simte jenat și nu vrea să vorbească despre pierdere, evită asemenea subiecte, discuții superficiale și indiferente despre durere și pierdere, episoade serioase de agresivitate îndreptate împotriva îngrijitorilor, părinților, rudelor și prietenilor, afișarea unor atitudini apatice și a indiferenței față de moarte. Copiii învață unii de la alții cum să parcurgă experiențele dureroase și cum să facă față dezamăgirilor rezultate de pe urma pierderilor.

Există și copii care au suferit pierderi importante, al căror impact a copleșit toate sferile vieții, n-au mai fost niciodată experimentate și nici nu au mai văzut la alții situații de asemenea magnitudine. Se izolează și consideră că nimeni nu a mai trecut prin asemenea situații. Există tendința de a încerca să îndure în liniște asemenea sentimente (E.Linn, 1990, pag. 36) sau de a se elibera de ele într-o asemenea manieră încât îngrijitorii să nu observe cele întâmplate. Acesta este unul din argumentele constituirii grupurilor de suport și al implicării consilierii ca formă necesară de intervenție.

Copiii trebuie asigurați de faptul că nu sunt singuri și că ceea ce simt ei este absolut normal în asemenea situații. Cei care vor lucra cu copiii aflați în suferință pot găsi o sursă importantă și bogată de informații la îngrijitorii acestora. O modalitate corectă de lucru este aceea de a include în planul de acțiune și pe îngrijitorii copiilor. Întâlnirile de început pot fi făcute în mod separat cu copilul, îngrijitorii și alți membri ai familiei și, la cel puțin câteva ședințe, este indicată prezența a cel puțin unuia dintre îngrijitorii care se ocupă de copil.

Interacțiunile dintre copil și consilier ajută îngrijitorul să înțeleagă mai bine natura problemelor cu care se confruntă copilul. Aceștia pot înțelege mai bine gândurile, sentimentele și frământările copiilor și pot pune întrebări într-o modalitate terapeutică. Descoperirile făcute alături de consilier pot mări atașamentul îngrijitorului față de copil. O asemenea participare dezvoltă un sentiment al respectului mutual, înțelegere și iertare pentru neînțelegerile și tensiunile trecute care au alterat relația lor. Ar fi mai util pentru consilier ca, înainte de a-și începe propria muncă cu copilul aflat în suferință, să stabilească o întâlnire prealabilă cu îngrijitorul acestuia (părinte, tutore etc.), cu acea persoană care l-a ajutat până în prezent cel mai mult, pentru a afla ce s-a făcut până în prezent, cum a încercat acesta să rezolve problemele copilului, maniera de abordare a situațiilor ivite. Rezultatele acestei întâlniri vor sta mai apoi la baza discuțiilor dintre consilier și copil.

Spre exemplu, se poate chiar începe discuția sugerând în mod indirect anumite aspecte din cele discutate cu îngrijitorul: „*M-am întâlnit cu tatăl tău săptămâna trecută și mi-a spus că este destul de supărat din cauza mai multor probleme. Ai putea ghici câteva din aceste probleme?*”. Consilierul poate observa care dintre aceste informații nu-i fac plăcere copilului sau pe care nu le poate împărtăși și altora. Copilul trebuie asigurat de faptul că se va întoarce acasă după fiecare întâlnire: „*Lasă-mă să ghicesc ce anume se va întâmpla cu tine după fiecare întâlnire. Fiecare dintre noi doi se va întoarce acasă. Asta cred eu că se va întâmpla cu tine după fiecare întâlnire de-a noastră. Totdeauna te vei întoarce acasă*”.

Este important ca, după prima întâlnire a consilierului cu cei aflați în suferință, să se explice în mod foarte clar faptul că nevoile personale,

sentimentele și gândurile acestora vor fi tratate cu respect și atenție pe măsură. Dacă se observă o anumită apăsare sau anumite inhibiții la copil, consilierul are responsabilitatea de a determina cauza acestora. R.A.Moody și C.P.Moody (1991) constată faptul că majoritatea îngrijitorilor decid ca orice intervenție să înceapă cu ei și doar după aceea cu copilul. De cele mai multe ori asemenea atitudini complică și chiar măresc disconfortul copilului. Pe de altă parte, atât îngrijitorii, cât și asistenții sociali, regretă faptul că nu pot face mai multe pentru copil, în special dacă se simt parțial responsabili pentru pierderile acestuia. Copiii au nevoie de sprijin și să-și valideze sentimentele cauzate de pierdere, prin raportarea la adult.

Există situații în care sunt încurajați, în detrimentul lor, să se comporte ca și cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Copiii sunt dispuși să își asume experiențele dificile și chiar să își dezvăluie emoțiile, dacă și adulții importanți din jurul lor procedează la fel. Unii copii întâmpină dificultăți în dezvăluirea propriilor sentimente, dat fiind faptul că încercările lor anterioare au fost întâmpinate de reacții și răspunsuri negative din partea adulților. Alți copii învață strategii și modalități de a evita asemenea subiecte, folosind aceleași expresii pentru descrierea sentimentelor, cu scopul de a mulțumi interesul profesional al adultului. Atunci când se intervine la nivel familial, trebuie identificate și respectate regulile familiei respective. Trebuie cunoscute modalitățile de exprimare a emoțiilor în familia respectivă, forma de comunicare, obiceiurile etc.

Se poate stabili atenția pe care și-o acordă unul altuia, dacă vorbesc sau nu deschis despre ceea ce simt, ce se întâmplă când unul este în dificultate, etc. Este important să se încurajeze familia să rezolve într-un mod autentic problemele apărute. Atunci când copilul sau familia se află în criză sau prezintă dificultăți serioase, se va stabili cât mai curând posibil o relație respectabilă, deschisă, onestă și de încredere cu aceștia. În cazul copiilor se vor folosi diverse tehnici specifice (povești, desen, modelaj, jocuri, dramatizarea conflictelor interioare etc.), care să stârnească interesul acestora pentru conversații pe anumite teme (D.Schaefer, I.Mitrofan și E.Vladislav, 1997). Majoritatea copiilor nu simt faptul că sunt examinați sau testați prin asemenea modalități comune pentru ei, iar părinții trebuie asigurați de claritatea și utilitatea acestora în stabilirea problemelor, a diagnosticului dacă este cazul.

Nu este profesionist și nici uman să considerăm că acei copii care refuză să vorbească despre ceea ce s-a întâmplat și ceea ce ei simt nu sunt afectați de pierdere și nici să considerăm că ar putea evolua fără ajutor într-o direcție sănătoasă. Chiar și acei copii care suferă într-un mod evident și vizibil din punct de vedere fizic, tot întâmpină greutăți atunci când este vorba de dezvăluirea suferinței emoționale. Există o mulțime de bariere care trebuie învinse. Deseori copiii au dificultăți majore în exprimarea verbală a

simțămintelor, datorate fie nede dezvoltării deprinderilor de comunicare, fie trăirilor complexe pe care le determină pierderile suferite. Pe de altă parte, se pot teme de faptul că odată dezvăluite sentimentele dramatice, acestea vor cauza la rândul lor alte calamități asemănătoare. În realitate, exprimarea verbală a sentimentelor negative conduce la „ofilirea” acestora.

Copiii trebuie încurajați și ajutați să scoată la lumină – prin cuvintele lor – propriile sentimente, nu numai în primele luni după pierdere, ci din nou și din nou. Exprimarea, revizuirea și reasezarea sentimentelor reprezintă componente vitale ale procesului de însănătoșire. Una dintre modalitățile de a ajuta copiii care nu-și pot exprima sentimentele este aceea de a converti aceste sentimente care cauzează disconfort în alte simțăminte: „*Poți să-mi spui câteva lucruri despre George. Mi-ai spus săptămâna trecută că se supără foarte repede. Ce lucruri îl fac să se supere atât de repede?*”. O parte a copiilor convertesc sentimentele de furie în depresie, iar alții convertesc sentimentele de tristețe în ostilitate, iritabilitate, plâns, violență.

Acei copii care hotărăsc să-și exprime sentimentele cauzate de pierdere pot ajunge la concluzia că aceste sentimente nu sunt un răspuns normal la durere, ci rămân culpabilizați gândindu-se la faptul că au putut reacționa „așa de greșit”. Își pot suprima sentimentele gândindu-se că nu sunt destul de mari ca să poată fi luați în serios și vor primi validare, sprijin și confortul necesar, vor putea să-și împărtășească durerea și resentimentele. Chiar și atunci când își convertesc sau își reprimă sentimentele trebuie ajutați să învețe că sentimentele sunt sentimente și că nu sunt bune sau rele.

### III.4. Câteva tehnici specifice de lucru

Atunci când copiii nu sunt dispuși sau nu se simt confortabil să vorbească despre sentimentele lor, putem să apelăm la combinarea discuțiilor cu activități externe, ca de exemplu imagini video sau cărți de povești.

O modalitate simplă, dar eficientă, o reprezintă tehnica celor cinci sentimente: *tristețe, furie, fericire, frică și singurătate*. Este foarte important să nu se anticipeze și nici să nu se sugereze răspunsul copilului. Se urmărește consonanța dintre comportamentul verbal și cel nonverbal al copilului atunci când răspunde la test. Întrebările se reiau, dacă este cazul.

O altă modalitate de a ajunge la sufletul copilului este aceea de a concentra toate simțurile acestuia spre o activitate care să fie relevantă scopurilor terapeutice urmărite.

Dacă copilul întâmpină dificultăți în exprimarea verbală a ceea ce simte, se poate inventa o poveste în care el însuși să fie unul dintre actorii

acesteia, oferindu-i posibilitatea dezvoltării sentimentelor (anxietate, teamă, îngrijorare etc.). De asemenea, se poate folosi un joc în care se pot implica sentimente legate de pierdere și separare. Există și copii care au un alt mod de a simți pierderea și durerea, mai puțin vizibil în exterior, și care nu cer ajutor în mod explicit, ceea ce nu înseamnă că nu vor primi ajutorul consilierului dacă li se oferă. *„Știu că este greu pentru tine să vorbești despre suferința ta, dar eu sunt aici lângă tine și dacă te pot ajuta în vreun fel, aș fi foarte încântat să o fac.”*

Atunci când durerea generează supărare, majoritatea copiilor intră în încurcătură. Deseori se tem de faptul că dacă se vor simți triști, vor intra într-o stare neplăcută. Ei încearcă să convertească sau să nege acest sentiment de tristețe. În cele din urmă, sfârșesc prin a fi nefericiți, culpabilizați și neajutorați. Această convertire poate lua forma furiei și a violenței, ceea ce atrage după sine rejecție și chiar izolare din partea celorlalți copii. Controlul și stăpânirea acestor sentimente se va obține atunci când pierderea și separarea vor fi înțelese, integrate și, în felul acesta, rezolvate. Atunci când un copil este furios, energia sa emoțională se va localiza în anumite zone corporale observabile (mâini, dinți, obraji, ochi etc.). El poate fi ajutat să observe că degetele sale sunt strânse în pumn, că maxilarul este încheștat, obrajii crispați etc.

Dacă explici asta unui copil în perioada în care este furios, va fi fascinat de noua sa descoperire. Dintr-o dată, reacțiile comportamentale vor căpăta un sens. Poate că este dificil de identificat de prima dată „zona furioasă”, dar poate fi ajutat reîmprospătându-i memoria cu anumite situații în care s-a comportat într-un anumit fel. În tendința de a fi concreți, copiii au nevoie să înțeleagă faptul că furia nu trebuie exprimată totdeauna sub impulsul primului moment. Li se va explica faptul că și adulții simt din când în când aceleași impulsuri de moment în exprimarea sentimentelor de furie și frustrare, dar că, pas cu pas, au ajuns să poată stăpâni aceste sentimente și că acum, dau frâu liber acestora doar când este necesar. Vom avea grijă să nu cadă în cealaltă extremă: reprimarea acestor sentimente și atunci când nu este cazul, ceea ce ar duce la un comportament pasiv-agresiv. Vor deveni neîndemânatici, vor uita să-și facă temele etc.

Copiii adoptă un comportament pasiv-agresiv din cauza unuia sau mai multor motive: refuză să-și exteriorizeze furia, dar caută să fie pedepsiți pentru a-și valida comportamentul exprimat, caută să-și exprime nedreptatea sau neglijarea la care sunt supuși ca să obțină sentimentul de control al situației. <sup>\*</sup>Îngrijitorii care reacționează prin pedeapsă la asemenea exprimări indirecte de furie și agresivitate se dovedesc a fi prea puțin înțelepți pentru munca cu copiii. Este mult mai util să-l ajuți pe copil să-și exprime în mod direct furia și agresivitatea, folosind metodele discutate anterior.

O altă tehnică familială deosebit de utilă ar fi cea dezvoltată de către R.Dreikurs (1974) sub numele de „rezolvare mutuală a problemei”.

Părintele sau aparținătorul și copilul se întâlnesc cu o altă persoană (consilierul), încercând să-și imagineze soluții pentru problemă, urmând pași specifici:

În primul rând se exprimă acordul asupra faptului că există o problemă și definesc exact care este problema – să spunem că în fiecare seară există certuri legate de ora de culcare a copilului. Acestea ar putea fi schimbate cu alte momente mult mai plăcute pentru copil.

În al doilea rând vor stabili dacă sunt sau nu capabili să învingă împreună problema (părintele și copilul devin o echipă, iar problema devine inamicul numărul unu). Dacă este implicată o terță persoană, atunci aceasta poate veni cu cel puțin cinci sugestii care să privească îmbunătățirea comunicării în familia respectivă.

Al treilea pas ar fi ca fiecare dintre membrii familiei să exploreze împreună toate posibilitățile și toate alternativele în rezolvarea problemei respective. Uneori, când copiii se simt fără ajutor, nici nu sunt dornici să participe la acest proces. Vor mormăi, vor folosi propoziții incomplete, vor spune „nu știu” etc. Vor fi încurajați să-și folosească energia și sursele de care dispun.

În al patrulea rând membrii familiei vor discuta fiecare punct de pe lista stabilită anterior.

Dacă cineva are vreo obiecție legată de vreuna dintre soluțiile sugerate, atunci o vom elimina de pe listă. Aceasta va elimina conflictul latent dintre „părerea ta” și „părerea mea”, întărind sentimentul muncii în echipă și, mai mult, copiii se vor simți mult mai bine contribuind ei înșiși la rezolvarea problemei respective. Faptul că sunt implicați, că li se cere părerea și se ține cont de dorințele și nevoile lor în rezolvarea problemei contribuie la maturizarea și creșterea normală a acestora. În cazul în care nu se ajunge la o soluție comună, agreată de toată lumea, atunci se poate lua o pauză de o săptămână, timp în care vor medita în liniște la cele discutate, urmând a se întâlni din nou și a stabili concluzia la care au ajuns.

În al cincilea rând, familia va supune la vot părerile și soluțiile discutate, pentru a selecta pe cea care a întrunit cele mai multe voturi.

În al șaselea rând, după ce s-a realizat un consens într-o anumită direcție, se vor încuraja unul pe altul și vor devaloriza lucrurile care ar putea sabota încercarea respectivă.

În final, membrii familiei vor încerca să determine dacă fiecare persoană implicată este dornică să înceapă acest nou experiment în săptămâna următoare.

La sfârșitul perioadei de probă, membrii familiei se reîntâlnesc pentru a evalua eforturile depuse și rezultatele la care s-a ajuns. Vor stabili dacă problema s-a rezolvat în totalitate sau numai anumite părți și fațete ale ei, iar dacă nu s-a obținut nimic bun, se reevaluează situația și se reîncepe procesul de la capăt.

Această tehnică dă rezultate surprinzătoare. Interacțiunile dintre părinte (tutore) și copil încep prin definirea problemei și se termină într-o notă pozitivă, de cooperare, angajament și unire a eforturilor în rezolvarea problemei respective.

O altă modalitate de a lucra cu copiii care au suferit pierderi este aceea de a identifica împreună cu ei alți copii care au trecut prin situații asemănătoare, îndurând pierderea și separarea. Există copii care șovăie în a plânge în fața altora. Anxietatea de evitare poate fi depășită sugerându-le beneficiile momentelor de plâns.

Situația se complică în cazul anumitor copii care nu au reușit să rezolve prin integrare pierderile suferite și la care se instalează depresia cronică. În acest caz, o tactică foarte bună este aceea de a discuta franc cu copilul despre timpul pe care îl cheltuiește pentru depresia respectivă și pe care ar putea să-l folosească în diverse alte scopuri: să se împrietenească cu el însuși, să se cunoască mai bine, să se simtă mai bine, să facă anumite lucruri care-i fac plăcere etc.

Copilul va fi tratat cu mult respect, se vor accepta nevoile și dorințele acestuia, ca venind din interior. Acei copii care înainte de separare sau pierdere au avut o relație caldă cu părinții s-au dovedit a fi mult mai cooperanți cu cei care se ocupă de ei după pierderea suferită (A.Brenner, 1984, pag. 43). Iar atunci când există o relație suportivă puternică în familia respectivă, s-a constatat faptul că se trece mai ușor și mai repede peste consecințele produse de pierdere.

### III.5. Copiii și veștile rele. Durerea și comunicarea terapeutică. Repere în consiliere.

Într-o lume ce ființează sub imperiul suferinței și al deznădejdiei, copilăria este deseori umbrată de necazuri și vești rele. Nu există nici o modalitate corectă/dreaptă de a comunica veștile rele copiilor, dar în schimb există câteva modalități mult mai de ajutor decât altele.

Nu ne propunem să prezentăm o formulă infailibilă pentru a face ceea ce este corect să faci – pentru că așa ceva nu există – ci ne propunem să problematizăm câteva din posibilitățile de a da veștile rele, modalități al căror scop este acela de a alina suferința celor mici și necăjiți. Nu puține sunt

situațiile în care adulții implicați în acest proces nu cunosc calea de a face acest lucru. Fiecare situație este unică, iar purtătorul veștilor rele este tot timpul pus în situația de a răspunde nevoilor copilului. Nepriceperea, lipsa de experiență și cunoștințe în domeniu etc., din partea celui care este pus în situația de a da o veste rea, conduc la nesincronizări și chiar lipsă de comunicare.

Este extrem de important ca purtătorii veștilor rele să meargă în direcția corectă, „să călătorească” împreună cu copilul de-a lungul întregului „naufragiu”, astfel încât acesta să poată să reacționeze și să răspundă într-un mod adecvat veștilor nedorite. În acest proces sunt implicați atât părinții, cât și profesioniștii (medici, asistente medicale, psihologi, asistenți sociali, terapeuți, consilieri, preoți, voluntari). Orice profesionist care lucrează cu copiii poate fi confruntat cu astfel de situații.

Fiecare dintre noi a trăit experiența primirii unor vești care ne-au provocat suferință, neliniște, panică etc. Veștile rele sunt acele vești care alterează drastic imaginea despre trecut și/sau prezent, provocând un disconfort psihoafectiv de scurtă sau de lungă durată. De regulă, acestea se referă fie la o situație, fie la o persoană foarte importantă. Dacă vestea dată implică o pierdere, atunci apare suferința. Pentru acei copii care știu deja sau care suspectează iminenta apariție a veștilor rele, procesul suferinței poate să fi început deja.

Veștile rele pot fi legate de o varietate de circumstanțe medicale, sociale și familiale (boală cronică, dizabilitate, spitalizare prelungită, divorț, probleme școlare, schimbarea locuinței, separarea de un părinte care muncește peste graniță sau care este în închisoare, adopție, foster, moarte etc.). Se referă la situații temporare sau permanente și includ ceea ce s-a întâmplat deja sau ce urmează să se întâmple. Includ o serie de incertitudini. Uneori se referă la situația copilului, alteori la cineva important pentru copil.

O dezvăluire poate să fie făcută la inițiativa copilului sau la inițiativa adultului.

Dezvăluirea proactivă este făcută la inițiativa adultului.

O dezvăluire reactivă este inițiată de către copil, dezvăluirea veștilor rele fiind făcută de către adult ca răspuns la întrebările sau preocupările copilului. Unele informații pe care se bazează veștile rele sunt de-a dreptul brutale: „Mama și tata sunt pe cale să divorțeze” sau „Mama ta spune că vei merge într-un spital ca să mori”. Dezvăluirea veștilor rele rareori se reduce la o simplă discuție și, de obicei, implică repetări, astfel încât copilul să aibă confirmarea acestor vești. Repetarea dezvăluirilor este necesară pentru ca el să devină conștient de importanța situației pe care deja o cunoaște și pentru a asocia pierderile implicate. Un copil ai cărui părinți au divorțat poate deveni mult mai conștient de importanța situației atunci când unul dintre cei doi părinți



se recăsătorește. Pentru unele familii aflate în suferință (ex. familiile afectate de HIV/SIDA), veștile rele devin un factor stresor repetitiv.

Copiii care au o boală cronică pot fi expuși la o serie de episoade dureroase în timpul evoluției bolii lor, fiecare implicând noi pierderi și mult mai multe vești rele. De regulă, adulții au tendința să subestimeze impactul repetării dezvăluirii veștilor rele, conducând în felul acesta la nelimpiezirea problemelor și la neconștientizare. Acest lucru se întâmplă mai ales atunci când pierderile repetate se asociază cu o situație de așteptare prelungită, în timpul căreia percepția copilului asupra a ceea ce înseamnă veștile rele se schimbă. Empatizarea cu copiii nu este deloc ușoară.

Uneori ei interpretează anumite vești ca fiind rele. Recunoscând că esența veștilor rele este pierderea și că, probabil, un copil interpretează veștile ca fiind rele, adulții pot dezvolta o atitudine empatică. Esențialul într-o dezvăluire este să fii în legătură continuă cu gândurile și sentimentele copilului.

Este dificil de separat efectul veștilor rele de modalitatea în care sunt date, dar nici nu este rezonabil să sugerezi că un răspuns imediat sau pe termen lung la veștile rele este influențat de modalitatea în care acestea sunt dezvăluite. Veștile rele date într-o modalitate nefericită pot cauza stres adițional și pot exacerba pierderile inerente. Reacțiile negative sunt nebănuite. Pe de altă parte, veștile rele dezvăluite într-o modalitate adecvată pot conduce la scăderea intensității stresului și pot reduce intensitatea sentimentelor de depresie, vină, rușine și inadecvare, vulnerabilitate pe care copilul le poate simți.

Procesul de luare a deciziilor este întotdeauna extrem de dificil, dată fiind complexitatea factorilor implicați. Decizia este mai dificilă atunci când veștile rele sunt asociate cu stigmatizarea și chiar include incertitudini de tot felul. Abordarea protectiv-deschisă este recomandată în munca cu copiii. Dezvăluirea veștilor rele nu înseamnă și nu se poate compara cu o situație de genul „totul sau nimic”. Se poate oare răspunde deschis și franc la orice întrebare adresată de către copil? Onestitate în acest caz nu înseamnă deschidere totală, ci selectivitatea informației. Sunt anumite aspecte ale veștilor rele care nu se doresc a fi discutate.

Onestitate înseamnă înțelegerea și a acestui lucru. Uneori, veștile rele sunt incomplete, confuze și dau naștere la stres și sentimente de singurătate. Teoria conform căreia copiii, în special cei mici, nu au nevoie să știe totul pentru că încă nu au capacitatea de a înțelege conceptele și noțiunile abstracte despre boală, moarte și alte surse ale veștilor rele, ignoră potențialul și experiența personală a copiilor în înțelegerea acestor situații de maxim tragism și suferință.

O parte a copiilor care au trecut prin astfel de experiențe sunt deschiși și cooperanți în înțelegerea veștilor rele și chiar își oferă sprijinul activ în ajutarea

altor copii care trec prin situații similare. Există studii realizate asupra efectului veștilor rele asupra bunăstării psihice a copiilor pe termen lung care evidențiază faptul că dezvăluirea acestora este mult mai benefică în comparație cu evitarea și întârzierea comunicării lor (Slavin și col., 1982, Rosenheim și Reicher, 1985). Copiii au o cunoaștere corectă a oricărei situații care îi afectează, ceea ce poate intra în conflict cu drepturile și confortul emoțional al altora.

Copiii sunt dependenți în clarificarea lucrurilor de decizia adulților de a se implica în dezvăluirea și lămurirea acestor situații neplăcute. Odată clarificate veștile rele, copilul se va mobiliza în ceea ce trebuie să facă. Întrucât există și momente în care copiii sunt împinși la izolare, confuzie și anxietate, profesioniștii care lucrează cu copiii au misiunea de a crea un mediu suportiv și fără prejudecăți, de a discuta temerile lor și de a lămuri dilemele în care se frământă.

Copiii se simt cel mai bine în prezența celor cu care au o relație continuă bazată pe încredere și care oferă siguranță și protecție. De obicei, dar nu în toate cazurile, această persoană este un părinte. Pentru că, în cele mai multe situații, aceste persoane sunt și ele afectate într-un fel sau altul de veștile rele, este necesar ajutorul unui profesionist cu experiență în, asemenea dezvăluiri de vești rele. Acest profesionist poate oferi suport emoțional și poate lămuri orice informație de care copilul are nevoie. Ideal ar fi ca orice profesionist care lucrează cu copiii și este implicat și în dezvăluirea veștilor rele, să aibă o relație bună cu copilul și cu celelalte persoane implicate. El poate să fie specializat în dezvăluirea veștilor rele atât copiilor, cât și aparținătorilor și poate răspunde reacțiilor lor, ori să fie un bun cunoscător al psihologiei copilului aflat în suferință, al celorlalte persoane implicate și al circumstanțelor situației specifice, pentru a fi apt să răspundă întrebărilor care ar putea să i se pună. El este pregătit să ofere sprijin emoțional imediat și să continue dezvăluirile o lungă perioadă de timp, să se simtă capabil să facă față situațiilor specifice.

Specialiștii implicați în munca cu copiii sunt puși deseori în situații de dificultate. Copiii pot veni cu întrebări pe care le-au pus mai întâi părinților, iar pentru a verifica răspunsurile primite – dacă le primesc – testează și opinia specialistului. În aceste situații, psihoterapeutul sau consilierul poate încuraja copilul să împărtășească gândurile și sentimentele folosind întrebări deschise, ca: „Ce simți în legătură cu asta?”, „În ce mod te gândești la sta?”. Răspunsurile și atenția acordată copiilor le întăresc sentimentul că ceea ce simt este luat în serios și le oferă „permisiunea” să simtă ceea ce simt și să gândească ceea ce gândesc. Adultul este perceput ca fiind o persoană pricepută și disponibilă să înțeleagă situațiile așa cum se văd ele prin prisma ochilor de copil. Într-un mediu securizant, copiii au posibilitatea să-și exprime



sentimentele și neliniștile lor, contribuind astfel la dezvoltarea propriului confort emoțional. „Cred că te frământă o mare problemă și eu m-aș simți mai bine să vorbim despre ceea ce se întâmplă și ceea ce simți tu în legătură cu asta.” Poate urmă o remarcă onestă în legătură cu cât de dificil este să știi ce să spui, dar totuși să faci unele sugestii pentru a-i asigura de un suport continuu: „Este într-adevăr dificil pentru mine să știu ce să-ți spun. Cred că ar fi de mare ajutor dacă mama și tata ar ști despre ceea ce gândești tu și despre ceea ce simți. Putem încerca să stăm de vorbă împreună sau aș putea doar eu să am o întâlnire cu ei. Ce crezi despre propunerea mea?”. Copiii care nu vor ca părinții lor să se implice, încearcă în felul acesta să se protejeze de stări neplăcute. Uneori încearcă să se protejeze de ceea ce ei cred că ar putea fi răspunsul părinților. Toate aceste posibilități trebuie explorate împreună cu copilul. O modalitate de a răspunde șovăielilor copilului de a-și implica proprii părinți este aceea de a discuta cu el posibilul comportament al părinților, discuție care poate sugera și, uneori, convinge de ceea ce ei știu deja. Incitând copilul la conștientizarea acestei probleme (a ceea ce părinții știu deja), se întărește nevoia copilului de a face el primul pas către comunicare.

Comunicarea deschisă despre veștile rele trebuie încurajată, dar nu cu prețul tensionării relației părinte – copil. În privința situațiilor și a circumstanțelor care provoacă suferință, este în general de folos și uneori chiar necesar să-i informezi pe ceilalți. Depinde de situația particulară cine anume va fi informat. În orice caz, este de dorit să fie informați alți membri ai familiei, personalul din școală în care învață copilul, conducătorii cluburilor din care copilul face parte etc.

Aceasta ajută la promovarea și răspunsul înțelegător față de „performanțele” comportamentale și școlare ale copilului și, în același timp, crește suportul psihologic, reduce tensiunile existente și alte efecte adverse ale posibilelor conflicte. În mod inevitabil, anumite persoane vor fi informate înaintea altora, dar întârzierile pot mări conflictul, chiar dacă numai temporar și, de aceea, este bine ca acestea să fie evitate pe cât posibil. În cele mai multe situații, li se va spune și celorlalți copii din familie, dar există și tendința de a exclude frații atunci când fratele sau sora lor este subiectul veștii proaste. Aceștia pot deveni vulnerabili față de efectele adverse ale conflictului și este foarte posibil să se manifeste resentimente față de un frate sau o soră care primește atenție specială fără un motiv aparent. Atunci când se consideră potrivit, copiii pot fi implicați în decizia de a le spune celorlalți, mai ales atunci când veștile rele se referă chiar la ei înșiși.

Atunci când deja au fost informate alte persoane, copiilor trebuie să li se spună cine sunt aceste persoane și ce li s-a spus despre ei. Atunci când veștilor rele li se poate asocia stigmatizarea, trebuie avut grijă cui i se vor comunica acestea. Uneori, copiii și familiile lor trebuie să facă față unui mediu

social ce conține panică, teamă, dezinformare și discriminare (Schaefer & Lyons, 1993, pag. 135).

Această indicație devine și mai stringentă în situația în care vestea proastă este despre diagnosticul SIDA. Motivele pentru care trebuie să se țină cont și să se selecționeze persoanele cărora li se spune și ce anume li se va spune trebuie să fie explicate copilului. De exemplu: „X are o boală în sânge. Este o boală nouă și oamenii nu au sentimente prea bune față de ea. Îi face să se teamă.” (D.Schaefer, 1993, pag. 135).

Stabilirea unor circumstanțe ideale pentru când și unde să dai veștile rele este dificil de realizat, dar următoarele sugestii pot fi reținute și aplicate acolo unde este posibil:

„Mai degrabă mai devreme decât prea târziu” Dacă veștile rele sunt despre un eveniment care deja a avut loc sau care este pe cale de a se întâmpla, copiii sunt ajutați mult mai mult și mai bine dacă li se explică situația ca atare. Chiar și atunci când sunt incertitudini despre ceea ce s-a întâmplat sau urmează să se întâmple, întârzierea dezvoltării este de natură a crea mai multă anxietate și stres pentru toată lumea din jurul copilului. Studiile realizate arată că acei copii care au suferit de boli grave și care au știut din vreme diagnosticul s-au adaptat mai bine decât copiii care au aflat adevărul despre ei cu mult mai târziu.

„Când toți cei implicați sunt prezenți” Se recomandă ca dezvoltările să aibă loc când toți cei ce sunt implicați în atare situații sunt de față.

„Atenție maximă” Timpul cel mai indicat pentru comunicarea veștilor rele este atunci când cei implicați sunt capabili să dea atenție totală la ceea ce se spune și să nu fie prea obosiți, prea bolnavi sau prea stresați. Locul ales trebuie să fie confortabil, liniștit, privat și pe cât posibil ferit de orice fel de perturbări.

„Context familiar” Copilul, atunci când primește o veste rea, trebuie să fie în mijlocul unui mediu familiar, preferabil acasă și cu multe lucruri personale (jucării, cărți etc.) la îndemână.

„Acolo unde reacțiile și răspunsurile nu vor fi inhibitate” Locul unde veștile rele sunt dezvoltate nu va inhiba copilul în exprimarea emoțiilor sau în problematizarea situației (întrebări, nelămuriri, dileme).

„Stați împreună după aceea” Veștile rele pot fi dezvoltate atunci când cei implicați sunt capabili să stea unul cu celălalt, cel puțin perioada imediată după ce veștile rele sunt date. Este bine ca procesul de comunicare a veștilor rele să fie planificat și pregătit cu mult înainte.

Toți specialiștii implicați în munca cu copiii au obligația și responsabilitatea profesională și umană de a se pregăti în comunicarea veștilor rele. Ei trebuie să aibă abilitatea de a găsi cea mai adecvată abordare la orice situație particulară. Acest proces implică introspecție, empatie, planificare și

repetiție. Ambele tipuri de dezvoltări discutate (proactivă și reactivă) pot fi anticipate și apoi planificate.

**Introspecția.** Adulții implicați pot avea sentimente puternice referitoare la veștile rele și, în același timp, să fie implicați în procesul de dezvoltare. Controlul asupra acestor sentimente poate preveni eșecul dezvoltărilor. Asemenea rateuri în comunicarea veștilor rele se întâmplă mai ales atunci când adulții implicați sunt nepregătiți pentru „cum să te exprimi și cum să te comporți în timpul dezvoltărilor”.

Meditând la următoarele întrebări poți obține clarificarea sentimentelor și cristalizarea atitudinii față de astfel de situații: *Mă simt anxios pentru ceea ce s-a întâmplat?; Mă simt vinovat în vreun fel de ceea ce s-a întâmplat?; Sunt vulnerabil la o astfel de situație?; Voi fi blamat oare pentru veștile rele?; Voi blama pe cineva pentru veștile rele și dacă da, pe cine anume?; Bănuiesc oare care vor fi reacțiile copilului?; Este vreo reacție pe care eu o consider dificil de lucrat cu ea?; Am sentimente puternice față de copil și care sunt acestea?; Cred că altcineva ar putea să se descurce mai bine?.*

**Empatia.** Înseamnă anticiparea a ceea ce copilul este pregătit să simtă și să gândească și a modalității în care copilul poate reacționa la veștile rele.

**Planificarea.** Desfășurarea unei dezvoltări nu poate fi niciodată prezisă cu o acuratețe completă. Adultul va răspunde întotdeauna nevoilor copilului și nu va încerca să pună în mod rigid în aplicare un plan determinat, dar care nu este fezabil. Un bun profesionist și cu experiență în domeniu va putea selecta imediat o modalitate de a trata o situație particulară.

Prin tehnica pașilor mărunți, veștile rele vor fi introduse gradual și progresiv, fiecare pas relevând puțin câte puțin din conținutul veștilor. În felul acesta copilul te va simți alături de el pe parcursul întregului proces de comunicare a acestor mesaje mai puțin dorite. Prin această modalitate, copilul este pregătit treptat, printr-o serie de încercări (glume, etc.), iar anumite părți din dezvoltare trebuie să se facă lent (trenant), astfel încât copilul să nu fie supus brusc unui șoc emoțional. Sprijinul emoțional poate fi dat atât verbal, cât și nonverbal, ceea ce poate însemna atenție, căldură, bunățate, afirmare.

Cei implicați în procesul de dezvoltare trebuie să fie apropiați unul de celălalt, de preferat stând unul lângă celălalt. Copilul poate sta în brațele adultului și chiar să se cuibărească în brațele acestuia. Contactul vizual este important în timpul dezvoltării și ajută la întărirea prezenței emoționale a adultului, revelând disponibilitatea acestuia pentru căldură și înțelegere. Copilului i se poate vorbi în liniște folosind un ton cald al vocii. Ceea ce spune un copil poate fi de la început ghidat de dorințele și nevoile lui. Procesul de emisie a veștilor rele este asimetric, iar receptorul (copilul) este încă nesigur pe sine și, uneori, prea puțin conștient de ceea ce înseamnă în realitate esența veștilor rele.

Registrul preocupărilor copilului include de regulă următoarele întrebări: *Ce s-a întâmplat? Ce se va întâmpla? Este adevărat? Va trebui să aștept? Este vreo speranță? Voi fi blamat? Pot face ceva mai bun? Ce responsabilități am? Cum pot fi de ajutor? Pot să am încredere în oameni? Pot să mă bazez pe observațiile și judecățile mele? Sentimentele mele sunt adecvate situației?.*

Ca adult, trebuie să te aliniezi nevoilor și dorințelor copilului legate de modul în care are loc dezvoltarea. În felul acesta se reduce posibilitatea ca dezvoltarea să fie dominată numai de percepția adultului asupra situației respective.

### III.6. Structura procesului dezvoltării – un model pentru părinți, consilieri și psihoterapeuți

#### *Etapă 1: Descoperirea a ceea ce copilul știe sau suspectează*

Atunci când există indicii că vestea rea este bănuită sau cunoscută de către copil, cea mai recomandată modalitate de a aborda subiectul este să recunoști deschis ceea ce copilul a făcut, a spus, a văzut și să-l inviți să vorbească despre acest lucru: *„În ultimul timp am remarcat că ai pus mai multe întrebări despre vizitele tale la spital. Este bine că te interesează acest lucru, dar mă întrebam dacă există vreun motiv special...”, „Știi că starea lui George s-a deteriorat mult în ultimul timp. Te-ai întrebat de ce?”.*

Alinierea ăa dorințele și nevoile copilului este necesară la începutul unei dezvoltări reactive (inițiate de către copil). Adultul care comunică veștile rele trebuie să răspundă și să comenteze întrebările copilului. În cazul în care copilul nu știe nimic despre ceea ce urmează să fie spus, dezvoltarea poate începe cu următoarea etapă:

#### *Etapă 2: Povestind copilului despre veștile rele*

Se dau informații factuale despre: ce s-a întâmplat, ce se întâmplă, ce este de făcut, ce se va întâmpla. Este imperios necesar ca el să obțină un sens al situației în care se găsește și să înceapă să facă față veștilor rele. În absența unor informații clare și credibile, un copil se va lupta să înțeleagă ce se întâmplă, poate să fie confuz, anxios, vulnerabil, se poate gândi tot timpul că se poate întâmpla ceva și mai rău decât în realitate (Jewett, 1994).

Informația poate fi dată într-un mod cât mai simplu și mai sensibil cu putință, folosind abordarea narativă. Se dau informații scurte și simple, pas cu pas, cronologic cu ceea ce s-a întâmplat și ceea ce va urma să se întâmple. Se poate începe de la experiența personală a copilului, de la ceea ce un copil știe,

vede, aude și simte: „Știu că l-ai văzut pe tata vorbind cu cei doi polițiști...”, „Știu că în ultimul timp i-ai văzut pe mami și pe tati țipând unul la altul...”, „Știu că în ultimul timp ai fost destul de bolnav și medicul ți-a făcut niște analize...”. Știind ce urmează să se întâmple, copilul este mai pregătit să mediteze la aceste evenimente și la felul în care ar putea simți. Poate avea loc o suferință anticipatorie legată de pierdere.

Dând copiilor informații sigure despre ceea ce urmează să se întâmple îi vom ajuta să își dobândească încrederea în predictibilitatea evenimentelor și încrederea în oameni. Dificultățile apar oricum atunci când evenimentele viitoare sunt nesigure sau când situația devine din ce în ce mai grea pe o perioadă mai lungă de timp – ambele fiind caracteristice bolilor cronice sau handicapurilor. Acest tip de situații îi pun pe cei implicați în dilemă: cât de mult din ceea ce urmează să se întâmple ar trebui dezvăluit la un moment dat?!

Copiii sunt mai înclinați să creadă veștile triste atunci când cel puțin o parte din ele au fost întâlnite în propria lor experiență. Observațiile lui Blueband-Langer asupra copiilor aflați în faza terminală a bolii relevă că experiența personală a copiilor este critică pentru stadiul de conștientizare: „experiența bolii îi face neputincioși în a asimila informația legată de ceea ce văd sau aud din propria experiență” (1978, pag. 168). Când dezvălui veștile rele despre evenimente iminente este bine să fii ghidat de ceea ce copiii par a vrea să știe ca rezultat a ceea ce ei spun. Această focalizare pe nevoile copilului cere din partea părinților sau profesioniștilor un climat de comunicare deschis, receptivitate și responsivitate la expresivitatea copilului.

Copilului trebuie să i se dea explicații în concordanță cu vocabularul și capacitatea sa cognitivă. Uneori veștile rele includ termeni și concepte care, chiar copiilor mai mari, nu le sunt familiare. Unii termeni (în special cei medicali) au nevoie de explicații mult mai prudente. Eiser (1990) sugerează faptul că credințele unui copil despre boală pot reflecta experiența personală la fel de mult ca orice schimbare structurală în capacitatea de înțelegere a acestuia.

De obicei stresul subrezește înțelegerea și poate fi suficient de puternic în a cauza unui copil dificultăți de adaptare la o situație traumatizantă (pierdere, boală, etc.). Comunicarea cu copilul este importantă atât verbal, cât și nonverbal.

**Etapa 3: Explicații în legătură cu orice altceva vrea copilul să știe.**  
Copilul trebuie întrebat dacă există orice altceva ce ar vrea să știe și să i se dea posibilitatea de a vorbi despre gândurile și sentimentele lui. Trebuie explorată „agenda” copilului, dându-i-se timp să gândească și să vorbească, folosind întrebări deschise și verificând exact ceea ce copilul spune. Buckman (1988) întărește acest din urmă punct cu o istorioară a unei fete de 6 ani bolnavă de leucemie care și-a întrebat mama: „Când mă voi simți mai bine?”. Mama a devenit foarte stresată, gândindu-se că fetița ei a întrebat-o despre viitorul îndepărtat, când de fapt întrebarea fetei se referea la efectele chimioterapiei pe care tocmai o primise.

#### **Etapa 4: În întâmpinarea nevoilor și dorințelor copilului**

Informațiile și explicațiile trebuie date ca răspuns la nevoile și dorințele copilului, exprimate în timpul etapei anterioare. Fiecare trebuie lămurit cu onestitate și consistență. Chiar dacă veștile rele nu implică separare, totuși copilul poate să se teamă de eventuale pierderi, iar în cazurile în care veștile rele sunt mai grave, poate să apară și teama de abandon. Toți copiii se simt vulnerabili. Prezența unui adult de încredere reprezintă o asigurare a apartenenței și a securității emoționale. Atingerea, mângâierea sunt extrem de confortabile, dar nu pot deveni substitute pentru o discuție cu copilul.

Atunci când veștile rele implică separare, copilul poate fi liniștit prin asigurarea faptului că celălalt este bine sau chiar fericit. În particular, este bine să se dea această asigurare atunci când cineva a murit. Motivând prin dorința de a reduce durerea emoțională, aceasta poate avea efect opus, iar copiii se pot simți supărați pe cel care pare a nu vrea să fie cu ei (Buckman, 1988). Copiii care nu sunt conștienți de faptul că moartea este ireversibilă pot fi nefericiți. Reasigurarea poate fi dată fără a exagera fericirea actuală sau imaginată a persoanei absente.

Copiii au, în general, tendința de a se blama pentru veștile rele. Gândirea magică facilitează blamul de sine, vina și rușinea. Sentimentele de rușine și jenă pot fi determinate de stigmatizare și chiar anumite determinări de ordin medical și social (diverse boli, dizarmonii familiale, etc.). Astfel de gânduri și sentimente negative apar când veștile rele sunt dezvăluite. Copiilor trebuie să li se spună în mod clar faptul că nu sunt responsabili de veștile rele și că nici nu ar fi putut să le prevină. Trebuie avut grijă ca să nu primească alte mesaje care ar intra în conflict cu asigurările date.

Asigurările trebuie date chiar și atunci când copiii nu exprimă asemenea gânduri și sentimente. Posibilitatea de a crea probleme acolo unde nu există este minimă, comparativ cu stresul cauzat de blamul de sine și rușine. Există și situații în care copilul sau altă persoană este responsabilă sau contribuie la veștile rele. A încerca să alungi sau să negi contribuția copilului sau a altei

persoane, atunci când este cazul, nu este de ajutor – oricât de bine intenționat ai fi – și nu face altceva decât să ducă la instalarea unui climat tensionant și de neîncredere, în care copilul este lăsat să se descurce cu aceste sentimente de unul singur.

În schimb, copilul are nevoie să fie ajutat să vadă lucrurile în perspectivă. Copiii pot și trebuie ajutați în momentul în care se dezvăluie vestea rea. Sentimentele devastatoare de rușine și culpabilizare nu pot fi îndepărtate la modul absolut, dar pot fi depășite prin testul realității. Cele mai multe comportamente pot fi explicate prin lipsa de cunoștințe, prin sentimentele persoanei la un moment dat sau prin circumstanțe atenuante. Discuțiile care determină copiii să se gândească la acești factori ameliorativi îi pot ajuta să pună lucrurile într-o perspectivă mai cooperantă.

Veștile rele determină și un distrugător sentiment de neajutorare și inutilitate. Acest sentiment poate fi depășit în timpul dezvăluirii, prin reasigurarea copiilor că vor fi informați cu ceea ce se întâmplă și consultați în legătură cu deciziile care vor trebui să fie luate. În situațiile în care grija de sine reprezintă o parte importantă și esențială a programului de tratament, există motive pragmatice și etice pentru a implica copilul. Nitschke și colaboratorii (1982) prezintă cum copiii cu cancer terminal, în vârstă de numai 6 ani, sunt capabili să ia decizii cu privire la tratament și sunt dotori să facă acest lucru.

În general, copiii trebuie implicați în activități care să-i ajute. Complexitatea emoțională și intelectuală a adolescenței justifică nevoia de a se implica în controlul propriilor experiențe, în stabilirea autonomiei și a sensului de apartenență. Chiar când veștile rele se referă la ei, copiii sunt de obicei dispuși să-i ajute pe ceilalți care sunt afectați. Implicarea copiilor nu este fără dificultate și, uneori, trebuie să fie ajutați să se implice în conformitate cu capacitățile lor și să nu-și stabilească angajamente mult prea mari. Speranța este un răspuns protectiv la veștile rele, o modalitate de a diminua intensitatea disperării și a pierderii suferite și permite unui copil să accepte gradual întreaga importanță a veștilor rele.

Chiar copiii care mor și care experimentează ceea ce pare a fi cea mai fără speranță situație, au speranță: „*Totdeauna există puțină speranță, chiar dacă nu pentru vindecare, ci pentru o ultimă dorință sau pentru o ultimă fază confortabilă, pentru o moarte liniștită.*” (Judd, 1993, pag. 196). Sentimentul neajutorării poate fi depășit atunci când veștile rele sunt dezvăluite, iar speranța poate crește dând copilului o informație clară și onestă, vorbind cu el despre ajutor, spunându-i ce poate face pentru ajutor, discutând deschis despre speranță, ca și despre dezamăgire.

Să li se spună copiilor despre alții care s-au descurcat bine într-o situație similară poate fi de ajutor, dar poate de asemenea crește stresul, făcându-i să se gândească la ceea ce trebuie să facă ei înșiși. Tendința de a fi optimist sau

pretenția de a discuta doar aspectele bune ale situației trebuie evitate. Strategia de a răspunde cu unele speranțe nerealiste, cu amintiri abrupte sau numai cu anumite părți din adevăr, este totdeauna insensibilă și, de obicei, inefficientă. Copilului nu trebuie să i se dea o asigurare falsă, iar remarcile lui nu trebuie ignorate.

Copilul nu trebuie presat în speranță, dar nici nu trebuie negată oportunitatea de a diminua disperarea. Consistența veștilor rele ajută copilul să accepte realitatea lor și să aibă încredere în cei implicați. Acceptarea realității pierderii reprezintă primul pas în consiliere fără de care celelalte scopuri ar rămâne nerealizate, iar durerea nerezolvată (Worden, 1991). Fără acceptarea realității veștilor rele, un copil nu va fi capabil să înceapă procesul de înțelegere a pierderilor. Onestitatea poate fi respectată fără a expune un copil detaliilor brutale. Este de preferat să se aleagă termeni mai puțin emoționanți sau supărători, ținându-se cont de faptul că eufemismele, ambiguitățile și subtilitățile produc confuzie și ele trebuie evitate.

Dacă veștile rele conțin incertitudini, acestea trebuie înțelese. Falsa reasigurare nu este de ajutor și nu contribuie la creșterea încrederii copilului în cei implicați. Promisiunile trebuie date cu prudență, iar cele încălcate diminuează încrederea copilului în adulți. Copiii recunosc asemenea discordanțe care pot deveni o altă sursă de stres și motiv de îndoială și neîncredere în oameni. Atunci când se vorbește despre viitor nu pot fi ocolite angajamentele și, ca urmare, acestea trebuie onorate. Orice circumstanțe care fac imposibilă o promisiune trebuie explicate cu grijă și în mod onest. Deseori, copiii pun aceeași întrebare unei persoane și chiar verifică răspunsurile, întrebând și alte persoane. Asemenea situații pot fi cruciale în stabilirea încrederii copilului în adulți. Acest lucru poate fi realizat printr-o comunicare bună, prin lucrul în echipă și prin informație consistentă.

Este dificilă menținerea unui răspuns onest și consistent în fața cererilor repetate ale copilului de a i se promite că veștile rele pot fi îndreptate, dar este posibil să i se ofere un răspuns de încredere, într-o modalitate corectă și sensibilă. Buckman a dat un exemplu despre cum se poate răspunde la întrebarea: „*Când mă voi face bine?*”. El sugerează un răspuns de genul: „*Dacă vom putea să te facem bine, o vom face*”. Acest răspuns îl va determina pe copil să întrebe: „*De ce nu poți să mă faci bine?*”, la care se poate răspunde: „*Uneori există lucruri pe care nimeni nu le poate ști cu exactitate.*” (Buckman, 1988, pag. 201).

Când un adult se simte incapabil să răspundă cu onestitate la întrebările copilului, va încerca să dea răspunsuri de genul: „*Îți voi spune într-o zi*” sau „*Ești mult prea mic pentru a înțelege*”, răspunsuri care trebuie evitate. Mult mai de ajutor este răspunsul: „*Văd că ești foarte îngrijorat și îmi pare rău că*

*ești supărat. Cred că este important, dar este dificil să vorbim despre astu acum*".

În asemenea circumstanțe este recomandabil să se sugereze reasigurarea că problema nu este amânată sau evitată. Una dintre cele mai dificile întrebări pe care copilul le pune adultului este: „*Am să mor?*”. De regulă, copiii nu pun direct asemenea întrebări dacă nu intuiesc deja adevărul și nu sunt pregătiți să-l audă (Pearson, 1983). Copiii cărora li s-a dat o informație onestă și consistentă, în special când verifică prin observațiile sau experiențele lor, sunt mult mai pregătiți să accepte realitatea veștilor rele și suferința, să testeze orice vină sau jenă, să experimenteze mult mai puține fantasme stresante.

Copiii vor reacționa oricând în timpul dezvăluirilor și un răspuns confortabil nu trebuie amânat. Când veștile rele sunt date, mesaje importante despre reacțiile apropiate copilului sunt inevitabile și, deseori, greșite. Patru mesaje esențiale trebuie stabilite în lucrul cu copiii:

1. Nu există sentimente drepte sau greșite și chiar cele despre care copilul se poate simți rușinat/culpabilizat nu sunt comune și nici rezonabile.

2. Este de ajutor să-ți exprimi sentimentele.

3. Poți fi ajutat să lucrezi cu sentimentele.

4. Nu există modalități corecte sau greșite de exprimare a sentimentelor. Copiii au nevoie să fie protejați de propriile dureri/răni.

Este dificil de prezis cum va reacționa un copil la veștile rele, dar este de ajutor să cunoaștem modalitățile în care un copil poate reacționa. Copiii pot exprima o varietate de emoții la veștile rele: anxietate, teamă, furie, vinovăție, culpabilizare, tristețe, singurătate, negare, neîncredere, disperare etc. Unele reacții la veștile rele pot părea ciudate și nepotrivite, făcând dificilă orice atitudine suportivă din partea adulților. Unii copii minimizează importanța veștilor rele, iar alții arată o oarecare ușurare la comunicarea acestora. Pentru un copil nu este neobișnuit să simtă simultan emoții diferite și chiar conflictuale.

Totuși, unele sugestii despre cum poate reacționa un copil în astfel de situații se pot obține luând în considerare:

- cum a reacționat copilul la pierderi sau evenimente stresante anterioare;
- personalitatea copilului;
- abilitatea copilului de a înțelege semnificația veștilor proaste;
- contextul și circumstanțele;
- relația copilului cu cei prezenți;
- etnia copilului;
- cultura și dinamica familiei de origine a copilului;
- felul în care va fi dată vestea.

Reacțiile specifice cer răspunsuri particulare, dar indiferent de reacția copilului, aplicarea următoarelor principii poate fi de folos:

Prezența adultului alături de copil: prezența unui adult de încredere este suportivă în sine, iar contactul fizic oferă un confort la orice vârstă, deși unii copii mai mari ar putea să fie lăsați singuri și să iasă la plimbare sau să caute singurătatea în camera lor.

Acceptarea gândurilor și sentimentelor copilului. Copiii au nevoie să lucreze cu propriile sentimente, oricare ar fi acestea, iar oferirea acestei posibilități nu compromite siguranța lor sau a celorlalți.

**Empatia.** Copiii trebuie să știe că sentimentele lor sunt recunoscute, fără să fie întâmpinați de declarații care să implice cunoașterea exactă a modului în care simt. Afirmatii empatică de genul: „*Văd că ești supărat; trebuie să fie foarte greu pentru tine.*” pot să ajute în acest sens.

**Împărtășirea sentimentelor.** Exprimarea mutuală a gândurilor și sentimentelor contribuie la crearea unui mediu deschis și onest, în care copiii pot pune întrebări, pot vorbi despre anxietățile lor și își pot exprima gândurile și trăirile. Împărtășirea gândurilor și sentimentelor previne izolarea copilului și îi dă posibilitatea să ofere și să primească confort emoțional. Nu trebuie lăsați să încerce sentimente confuze sau să se simtă culpabilizați de ceea ce se întâmplă.

**Încurajarea comunicării:** toate principiile precedente pun accentul pe felul în care i se răspunde copilului. Poate nu este încă momentul potrivit pentru o analiză profundă a celor întâmplate sau pe cale de a se întâmpla, dar ajutorul poate fi oferit prin recunoașterea empatică a dificultăților existente și prin provocarea sa discuții libere. „*Ai putea să-mi vorbești despre sentimentele tale?*”. Dacă răspunsul este negativ: „*Foarte bine, e-n regulă, putem vorbi oricând, mai târziu, dacă dorești.*”. Dacă răspunsul este pozitiv: „*Ce fel de sentimente ai?*”, „*Ce simți tu?*”.

**Sprijinul emoțional.** Poate fi întotdeauna oferit prin întâmpinarea nevoilor și dorințelor particulare ale oricărui copil.



## **CAPITOLUL IV: Psihoterapia experiențială de grup a copilului în contextul sistemului familial**

### **- Un model experimental de optimizare a relațiilor părinți-copii**

#### **IV.1. Prezentarea cadrului metodologic al modulului de optimizare**

Experimentul de grup prezentat în continuare reprezintă un modul pilot destinat îmbunătățirii climatului familial și, în special, corectării unor disfuncționalități apărute în relația dintre părinți și copii. Descrierea metodologiei aplicate pentru realizarea lui precizează contextul-cadru în interiorul căruia s-au desfășurat procesele de transformare terapeutică prezentate în partea a doua a acestui capitol.

Motivația inițierii unui astfel de experiment este dată, la nivel social, de criza pe care o traversează familia în societatea românească și ale cărei principale simptome constau în restructurarea dramatică a valorilor familiale tradiționale, dezorientarea în privința mijloacelor educaționale folosite în relația cu copiii, diminuarea simultană a rolului și autorității școlii. Fin seismograf al dezechilibrelor de la nivel macrosocial, climatul familial reflectă toate aceste dileme care sunt traduse în perturbări ale relației dintre părinți și copii, și, într-o perspectivă mai largă, dintre familie și școală.

Specificul experimentului de față constă atât în modul de organizare a procesului psihoterapeutic (părinții și copiii lucrează împreună, se transformă împreună, modificarea vizată de intervenția terapeutică realizându-se concomitent și în interacțiunea reală dintre ei), cât și în tehnicile utilizate: metode experiențiale de grup expresiv-creative.

Revederea derulării cronologice a experimentului reliefează parcurgerea următoarelor etape:

##### **Selectarea participanților**

Pentru realizarea modulului experimental au fost selectați un număr de zece copii și părinții lor. Limita grupului de copii și părinți a fost impusă pe de o parte de cerințele de organizare a grupului de optimizare, iar pe de altă parte de particularitățile lucrului terapeutic: activitatea separată a grupurilor de copii,

respectiv, de părinți, și reunirea acestora în partea a doua a programului de intervenție în grupul mixt părinți-copii.

Copiii cuprinși în lotul experimental, în vârstă de 7, 8 și 9 ani, sunt elevi în clasele I, a II-a și a III-a. Pe baza recomandărilor învățătoarelor și a solicitărilor părinților, într-o primă fază a selecției, în grup au fost incluși **copiii cu tulburări comportamentale, de relaționare și integrare socială**. Această primă selecție a fost ulterior completată cu un interviu realizat cu copiii și părinții acestora, în urma căruia s-a definitivat componența celor două grupuri.

##### **Organizarea grupurilor de lucru**

A urmat o întâlnire a terapeuților cu părinții, al cărei scop a fost precizarea obiectivelor modulului de optimizare, stabilirea programului și duratei întâlnirilor. Schema de desfășurare a programului a fost următoarea: primele cinci întâlniri de grup s-au realizat după criteriul celor două generații, grupul copiilor, respectiv grupul părinților, au lucrat separat timp de cinci ședințe, iar în ultimele cinci întâlniri cele două grupuri reunite au format un singur grup, mixt, având o frecvență de o întâlnire pe săptămână.

##### **Evaluarea psihodiagnostică a participanților**

Cunoașterea problemelor participanților ne-a permis alegerea tipurilor de intervenții psihoterapeutice cele mai adaptate nevoilor lor. Am folosit ca instrumente psihodiagnostice testele proiective: testul persoanei, testul arborelui și testul familiei, pe care le-am aplicat atât copiilor cât și părinților. Informațiile obținute în acest mod au fost îmbogățite cu cele obținute prin intermediul interviului anamnestic. Un proces simetric de evaluare psihodiagnostică a avut loc în finalul modulului experimental, pentru a determina schimbările care au intervenit și pentru a valida eficiența programului de optimizare propus.

##### **Stabilirea obiectivelor și a direcțiilor de acțiune**

Analiza problematicei dezvoltate în ședințele destinate activității de psihodiagnoză a condus la formularea obiectivelor intervenției de optimizare:

- rezolvarea unor probleme personale ale copiilor și părinților (ex: întărirea imaginii de sine, creșterea asertivității și expresivității personale, deblocarea resurselor creative etc);
- conștientizarea patternurilor de comunicare, a jocurilor psihologice utilizate în cadrul sistemului familial și, în special, în relația părinți-copii;
- descoperirea și exersarea unor modalități optime de interacțiune și comunicare între părinți și copii.



## Demersul psihoterapeutic și de optimizare a relațiilor intrafamiliale

Demersul psihoterapeutic inițiat a avut în vedere atât nivelul familial cât și nivelul personal, individual, asigurând o intervenție psihoterapeutică complexă, de tip sistemic-experiențial.

La *nivelul sistemului familial* am urmărit disfuncționalitățile familiei ca întreg, în special problemele de cuplu și perturbările din familia extinsă (cazul relațiilor stabilite pe verticală, între bunici, părinți și copii).

La *nivel individual* am abordat dificultățile care nu sunt generate de anumite modalități de interacțiune din familie ci, mai curând, de un tip particular de structurare interioară, ca rezultat al experienței personale de viață. Cele mai frecvente probleme abordate în ambele grupuri (părinți și copii) sunt cele referitoare la imaginea de sine, asertivitate, deblocare corporală și descărcare emoțională, comunicare și relaționare, toleranță și respect.

## IV.2. Lucrul cu grupul de familie (grupul părinților)

Lucrul în grupul familiilor, preliminar celui din grupul mixt, a vizat clarificarea problemelor cu care se confruntă părinții, diferențierea și delimitarea problemelor de cuplu și individuale (personale) de relația cu copiii, conștientizarea manierei în care dificultățile de la nivelul sistemului familial se reflectă în relația cu copiii. Cel mai adesea, părinții tind să-și folosească inconștient copiii pentru atenuarea propriilor probleme sau a dificultăților de cuplu, aceștia devenind obiect al proiecțiilor sentimentelor de vinovăție, agresivitate, respingere, acuzare ale părinților, neexprimate acolo unde apar și atunci când apar.

Obiectivele procesului psihoterapeutic derulat la nivelul sistemului familial s-au concentrat asupra conștientizării modului în care este structurată și funcționează familia de apartenență, a rolurilor asumate în cadrul ei, focalizând aria intervenției pe problematica particulară și extrem de sensibilă a relațiilor dintre părinți și copii.

Percepția sistemului familial din care fac parte a condus la descoperirea și exersarea unor modalități mai eficiente de interacțiune pentru optimizarea climatului familial. Tehnica „fotografiei” și „sculpturii familiei” reprezintă pretextul provocativ pentru analiza poziției în cadrul sistemului familial a fiecărui participant la grup și pentru conștientizarea alianțelor, conflictelor și a jocurilor psihologice din familie.

Obiectivarea relației cu copiii și conștientizarea modului personal de raportare la aceștia au făcut posibilă explorarea unor strategii mai adaptate de comunicare între părinți și copii.

Tehnicile psihodramatice combinate cu tehnici Gestalt terapeutice au facilitat conștientizarea elementelor funcționale și disfuncționale din cadrul relației parental-filiale, a nevoilor și așteptărilor copiilor în raport cu părinții, a trăsăturilor și comportamentelor parentale care îl atrag sau nu pe copil.

Evaluarea psihodiagnostică a familiilor care au participat la grupul de optimizare a dezvoltat existența unor sisteme familiale cu problematică specifică. Prezentăm în continuare demersul psihoterapeutic și de optimizare realizat la nivelul sistemului familial pentru fiecare din familiile cuprinse în terapie.

### Caz 1. Problematica familiei în destrămare

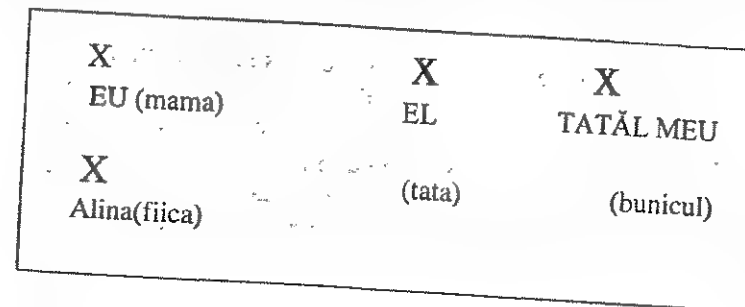
*Laura – o mamă potențial singură*

Analiza problematicii acestui tip de familie dezvoltată prin intermediul mamei (Laura) a reliefat existența unei stări de frustrare cronicizată exprimată în ostilitatea și disprețul declarate față de partener, trăiri intense, contradictorii, constituirea unei alianțe cu copilul și suprasolicitarea acestuia prin așteptări nerealiste legate de comportamentul lui, sentimente de nesiguranță față de potențialul rol de mamă singură.

Intervenția psihoterapeutică a stimulat exprimarea agresivității și a trăirilor negative asociate cu situația familială actuală, clarificarea și diferențierea sentimentelor confuze, pregătirea pentru viitorul statut de mamă singură, corectarea relației cu fiica.

Una dintre tehnicile psihoterapeutice care a permis abordarea problematicii familiale cu care se confruntă Laura este tehnica „fotografiei de familie”.

Terapeutul oferă o coală de hârtie înzestrând-o cu rolul de fond al unei fotografii de familie, fond pe care, cu ajutorul unui element simbolic, Laura va așeza fiecare membru al familiei sale în raport cu propria persoană. Primul personaj desenat va fi chiar ea, toți ceilalți membri ai familiei urmând a fi apoi așezați în poziții care să exprime relația ei cu aceștia.



Din fotografie reiese distanța pe care Laura o percepe între sine și soț, precum și tendința de apropiere compensatorie de fiică. Dialogul purtat pe baza desenului surprinde aceste tendințe:

**Terapeut:** „Vorbește-ne despre familia pe care ai reprezentat-o în fotografie.”

**Laura:** „Aici sunt eu cu Alina. Acolo este el... soțul. Mai e și tata.”

**T:** „Cum te simți tu acolo unde ești?”

**L:** „Bine.”

**T:** „Ce simți față de ceilalți membri ai familiei cu care ești în relație?”

**L:** „Mă simt bine cu Alina. Ne înțelegem. Mă ascultă... în general!” *(Alianța cu copilul compensează distanța emoțională instalată în relația conjugală fiind, după cum se va preciza în continuare, o proiecție a nevoilor de acceptare și autoritate neimplinite în cuplu.)*

**T:** „Este important pentru tine ca Alina să te asculte?”

**L:** „Da. Dar nu mă ascultă întotdeauna.”

**T:** „Ce înseamnă să te asculte?”

**L:** „Să facă ce-i spun eu. Să fie cuminte, ascultătoare.”

**T:** „Să fie cuminte. Dar nu e întotdeauna așa cum îți dorești tu. Ce faci atunci?”

**L:** „O bat.”

**T:** „Cum te face să te simți atunci când nu e cuminte?”

**L:** „Mă supără. Am nevoie de liniște. Măcar ea să fie liniștită.”

**T:** „Înțeleg că mai sunt și alte persoane care nu țin cont de liniștea de care ai nevoie...”

**L:** „Soțul. El face tot timpul scandal, țipă, ne bate...”

**T:** „Și atunci tu vrei ca măcar Alina să fie liniștită.”

**L:** „Da.” *(Nevoia de liniște și autoritate a mamei este deplasată asupra Alinei, care, după cum a reieșit din anamneză și din lucrul în grupul copiilor, este blocată corporal și inhibată în interacțiunile cu ceilalți copii. Nevoia de liniște a Laurei proiectată asupra ei îi blochează inițiativa obligând-o să se supună dorințelor mamei.)*

Demersul psihoterapeutic, pe parcursul mai multor întâlniri, se concentrează asupra reconstruirii unei relații autentice a mamei cu Alina care are la bază recunoașterea nevoilor firești ale copilului și repunerea sa în rolul de copil.

Consilierea Laurei a vizat adoptarea unui stil educațional care să țină cont de nevoile Alinei delimitate de nevoile personale frustrate ale mamei. Pe parcursul consilierii individuale, Laura și-a dat seama că, inconștient, folosește următoarea ipoteză: „Dacă soțul mă tulbură foarte mult, mă chinuie, atunci, pentru că îmi doresc să am liniște, Alina trebuie să fie un copil supraadaptat, un sfânt.”, conștientizând astfel că așteptările pe care le are de la fiica sa sunt nerealiste. Noua perspectivă din care vede acum relația cu fiica sa, a ajutat-o să

modifice și să îmbunătățească comunicarea și interacțiunea cu aceasta, în virtutea unor așteptări mai realiste.

**Terapeut:** „Imaginează-ți că ești Alina și află ce simte ea. Ce o face să nu te asculte?”

**Laura:** „Ea ar vrea să se joace, să iasă afară cu copiii.”

**T:** „Și cum e asta pentru tine, mamă?”

**L:** „E bine, dar când îi dau eu voie, nu când vrea ea.”

**T:** „Pentru că dacă ar ieși afară când ar vrea ea...”

**L:** „Înseamnă că nu mă ascultă iar eu mi-aș face griji pentru ea. Și nu pot să îmi mai fac griji și pentru ea.”

**T:** „Pentru cine îți mai faci griji?”

**L:** „Pentru el.”

**T:** „Pentru soțul tău.” *(Dificultățile de acceptare a nevoilor Alinei au la bază permanenta devalorizare și lipsă de comunicare din relația conjugală. De aceea intervenția terapeutică își modifică direcția, abordând sursa dificultăților cu care se confruntă Laura. După ce își va clarifica relația cu soțul și va deveni conștientă de așteptările frustrate acumulate în această relație, Laura va putea descoperi un alt pattern de interacțiune cu Alina.)*

**T:** „L-ai desenat departe de tine.”

**L:** „Da. Nici nu vreau să mai știu de el.”

**T:** „Nu vrei să mai știi de el... Uite acolo este soțul tău. Spune-i direct ce crezi despre el!” *(tehnica „scaunului gol”)*

**L:** *(întorcându-și privirea)* „Nu, n-are rost!”

**T:** „Spune-i totuși. Spune-i cum îți vine ce simți față de el!” *(Exprimarea directă a sentimentelor are rol de descărcare emoțională. Detensionarea care rezultă în urma acestui tip de catharsis primar permite conștientizarea adevăratelor trăiri și inițierea unei transformări mai autentice.)*

**L:** „Vreau să plece...”

**T:** „Spune-i direct: vreau să pleci pentru că...”

**L:** „Pentru că m-am săturat de tine.”

**T:** „M-am săturat de tine pentru că...”

**L:** „Nu faci nimic, bei, nu aduci bani acasă, faci scandal, o bați pe Alina...”

**T:** „Spune-i tot ce simți acum față de el!”

**L:** „Vreau să pleci, să mă lași cu Alina și cu tata!”

**T:** „Dacă o să pleci eu o să mă simt...”

**L:** „O să mă simt foarte bine, liberă, n-o să muncesc să te țin și pe tine...”

**T:** „Acolo este soțul. Află ce spune soțul tău. Fii soțul.” *(Schimbarea de rol și jocul de rol inversat facilitează decentrarea perceptivă și emoțională, efectul obișnuit fiind diminuarea încremenirii într-o poziție defensivă și explorarea unor alternative de simțire și, implicit, de acțiune.)*

L: „Nu vrea să plece. Îi convine așa, să stea pe capul nostru.”

T: „Înțeleg că soțul nu vrea să plece de lângă voi. Încearcă să afli de ce!”

L: „Ca să ne chinuiască, să profite de pe urma mea.”

*(Blocajul este evident datorită sentimentelor negative foarte puternice care deformează percepția transformându-l pe soț într-un adevărat inamic. Ca soluție de depășire a blocajului se propune tehnica metapозиțiilor care se bazează pe arsenalul psihodramatic stimulând o decentrare perceptiv-emoțională mai accentuată, care favorizează detașarea și, implicit, evaluarea mai obiectivă a situației.)*

T: „În desen l-ai reprezentat și pe bunic. Fii bunicul și află ce părere are el despre ce se întâmplă între tine și soțul tău.”

L: „El zice să plece că o să ne fie mai bine.”

T: „O să fie mai bine... Pentru cine, în ce fel?”

L: „Pentru noi toți. N-o să mai fie scandal, n-o să se mai ducă banii pe băutură.”

T: „Îl simți pe tatăl tău de partea ta.”

L: „Da. Și el s-a săturat.”

T: „De ce crede bunicul că se comportă așa tatăl Alinei?”

L: „Dacă e bețiv, leneș...”

T: „Imaginează-ți că o persoană străină vine în vizită la voi. Fii persoana respectivă și află cum vede ea lucrurile.” *(se schimbă și poziția spațială)*

L: „?...”

T: „Ce crede despre soț?”

L: „Se poartă urât.”

T: „Ce crede despre dorința ta ca el să plece?”

L: „E bine.”

T: „Ce crede persoana că vei câștiga?”

L: „N-o să mai fiu sclava lui, o să pot să îmi continui studiile, să am bani.”

T: „Ce dificultăți ai avea dacă ar pleca?”

L: „Nu am bani acum ca să divorțez.”

T: „Nu ai bani acum. Dar o să ai?”

L: „Da, pentru că o să am timp să muncesc.”

T: „Cum o să fie pentru Alina dacă tatăl o să plece?”

L: *(ezită)* „O să fie cu mine.”

T: „Fii Alina. Ce simți tu, Alina, față de plecarea tatălui?”

L: „Nu o să mă mai bată. Și nici pe mama.”

T: „Cum o să-ți fie ție, Alinei, după ce tata a plecat?”

L: „Bine. O să fiu cu mama.”

Testul familiei a dezvăluit anxietatea intensă trăită de Alina în relația cu tatăl care o bate și o ceartă, anxietate însoțită de puternice resentimente și care-i provoacă o mare tensiune interioară, vizibilă la nivelul corpului, fetița fiind

foarte blocată corporal. Contextul a permis atunci realizarea următorului demers psihoterapeutic:

Alina: „Eu nu mă împac bine cu tata.”

Terapeut: „Ce te face să spui asta?”

A: „Pentru că mă bate și mă ceartă.”

T: „Și când te bate și te ceartă ce îți vine să îi spui?”

A: „Atunci îmi vine să îi spun: Tată nu mă mai bate!”

T: *(așezând în fața Alina un scaun gol):* „Uite, aici, în fața ta, pe acest scaun, este tatăl tău. Spune-i acum ce vrei să-i spui!”

*(Ținând cont de nerăbdarea și încordarea A. provocarea unei experiențe de descărcare emoțională o ajută să exprime ceea ce nu poate spune în fața tatălui, eliberând-o de teamă și frustrare.)*

A: „Tată, nu mă mai bate!”

T: „Spune-i mai tare!”

A: „Tată, nu mă mai bate!” *(Stă dreaptă, cu picioarele bine înfipite în pământ, strângând puternic din pumni.)*

T: „Strânge mai tare pumnii și mai spune-i o dată tare, cât poți tu de tare!”

A: *(furioasă)* „Tată, nu mă mai bate!”

T: „Să spunem împreună cu Alina.” *(Participarea grupului asigură, pe de o parte, susținerea emoțională de care A. are nevoie, iar pe de altă parte oferă și altor copii cu probleme similare posibilitatea de a exprima emoții reprimite.)*

A: *(împreună cu grupul)* „Tată, nu mă mai bate!” *(repetă de 3-4 ori)*

T: „Cum te simți acum, Alina?”

A: *(răsuflând ușurată)* „Bine... Foarte bine.”

T: „Mai vrei să spui ceva tatălui?”

A: „Nu. Nimic.”

T: „Și tu, mamă, cum o să te descurci singură cu Alina?”

L: „O să mă ajute tata. O să lucrez mai mult.”

T: „Laura, revino la locul inițial. Ce crezi acum după ce ai ascultat tot ce au spus bunicul, Alina, o altă persoană?”

L: „Sunt convinsă că trebuie să divorțez. Că e mai bine așa și pentru mine și pentru Alina.”

Utilizând ca suport tehnica metapозиțiilor combinată cu jocul de rol, Laura și-a clarificat dacă vrea sau nu cu adevărat să divorțeze, reflectând la avantajele sau dezavantajele în plan emoțional, material și social pe care divorțul i le-ar putea aduce.

**Caz 2. Problematika familiei care se reîntregește**  
**Gabi - o mamă în căutarea unui rol adecvat**

Pretextul provocativ care a declanșat următorul proces psihoterapeutic a fost realizarea „sculpturii familiei”: fiecare părinte modelează cu ajutorul celorlalți participanți un grup statuar care exprimă într-o manieră tridimensională relația sa cu copilul/copiii. Când „construcția” este terminată, el va intra pe rând în rolul fiecărui personaj și va vorbi din punctul acestuia de vedere, exprimând cum se simte în această relație, ce motive de satisfacție și insatisfacție îi oferă aceasta, ce și-ar dori de la această relație și ce ar putea face pentru a obține ce-și dorește.

Cu ajutorul a două persoane din grupul de părinți, Gabi a pus în relație membrii familiei sale: fiul, Iustin, stă în brațele bunicii, mama (Gabi) își întinde mâna dreaptă către bunică și se află la o ușoară distanță de diada bunică-nepot.

Dialogul desfășurat până în acest moment a dezvăluit distribuția rolurilor într-o familie monoparentală alcătuită din bunică (maternă), mamă și fiu. Bunica preia rolul mamei în timp ce mama, frustrată de imposibilitatea exercitării propriului rol, adoptă o atitudine mai degrabă paternă în relația cu fiul ei.

Problematika psihologică a acestei familii așa cum este prezentată din perspectiva lui Gabi se referă la frustrarea accentuată a mamei privată de rolul ei firesc, conflicte transgeneraționale, dificultatea substituirii tatălui, nevoia unui soț și a unui tată pentru copil, incertitudine și teamă legată de eventualitatea recăsătoriei. Procesul psihoterapeutic a vizat clarificarea trăirilor, conștientizarea dorințelor și așteptărilor în raport cu sine, dar și cu celelalte persoane din viața ei, explorarea alternativelor din acest moment, a avantajelor și dezavantajelor fiecărei opțiuni și stimularea asumării riscurilor uneia dintre posibilități pentru depășirea blocajului.

Pe parcursul acestui demers terapeutic am trecut treptat de la problema relației mamă-copil (generația a doua), la cea mamă-fiică (generația întâi) și, de aici, la problema personală a mamei în ce privește relația ei de parteneriat trecută și actuală, cu implicații fundamentale în cadrul sistemului familial prezent.

O invit pe Gabi să adopte rolul mamei sale (bunica):

**Terapeut:** „Bunico, înțeleg că tu îi faci toate poftele lui Iustin. Ce te face să-i faci toate poftele?”

**Gabi:** „Să fie bine pentru el.”

**T:** „Ar putea fi și rău pentru el?”

**G:** „Poate! S-ar putea să fie rău ca și tatăl său!”

**T:** „Înțeleg că ți-e frică că ar putea semăna cu tatăl său? Cum era tatăl?”

**G:** (obrajii încordați, un ușor tremur al buzelor și al vocii) „Era! (oftează) Era câteodată bun, câteodată mai rău. Era alcoolic... (oftează din nou) și certăreț. Și bătea atunci când era băut. (Adresarea impersonală sugerează faptul că lui Gabi îi este foarte greu să vorbească despre acest lucru.) Era și gelos ... și multe altele...”

**T:** „Era alcoolic și gelos și bătea pe toată lumea și...”

**G:** „Și de multe ori mă bătea fără motiv sau... (oftează) Mamei mele, când îl vede pe Iustin i se pare că seamănă puțin cu P. (fostul soț), că are energie...” (Imaginea tatălui se proiectează asupra copilului care nu mai este privit ca ființă distinctă, unică, ci se transformă într-o fantomă a tatălui respins.)

**T:** „Dar tu ce crezi, Gabi, despre lucrul acesta?”

**G:** „Eu nu cred că Iustin seamănă chiar așa mult cu el. Are într-adevăr multă energie. Dar este un copil normal și trebuie să-și consume într-un fel energia: să alerge nu, să se joace nu că face gălăgie și deranjează...” (Mama reușește să mențină diferența între soț și copil și să privească energia lui I. ca pe o nevoie firească de mișcare a copilului. Adesea mamele singure, divorțate își privesc copilul ca pe o întrupare a soțului plecat așteptând să surprindă orice asemănare cu el, răpindu-i posibilitatea de a fi și deveni el însuși.)

**T:** „Să înțeleg că bunica îi face toate poftele, în timp ce tu...”

**G:** „Eu mă opun. Da! Dar, dacă Iustin vrea ceva, spre exemplu, să ia cu el la joacă și mașina și tractorul și multe alte jucării, mama face tot ce spune el.”

**T:** „Și atunci când mama ta îi satisface toate poftele, eu simt nevoia ... ce să fac?”

**G:** „Să o cert pe mama! Da! De multe ori îi spun: nu mai face așa pentru că o să se obrăznicească și mai mult și când va fi mai mare nu va mai asculta de nimeni. Iustin dacă îi zice bunicii „fă asta”, mama face, iar eu mă simt nevoită să fiu mai dură.”

**T:** „Deci, tu, Gabi, te vezi nevoită să fii mai autoritară.”

**G:** „Da! Altfel nu se poate!”

**T:** „Devii, practic cine, în familia asta?”

**G:** „Un tată!” (i se luminează fața.)

**T:** (concluzionând) „Deci mama își asumă rolul de bărbat, de tată și bunica pe cel de femeie, de mamă în această familie... Iustin (terapeutul se adresează acum persoanei care joacă rolul copilului), Iustin, te-ai gândit vreodată că ai putea avea un tată?”

**I:** „Da. Mi-aș dori un tată care să fie alături de mama, s-o iubească pe ea dar, în același timp să mă iubească și pe mine.”

**T:** „Tu, Iustin, ți-ai dori un tată! Un tată care s-o iubească pe mama dar care să te iubească și pe tine. Ce spui, mamă, despre acest lucru?” (Gabi primește din partea unui membru al grupului o posibilă soluție la problema sa.)

G: „Am un prieten, dar nu știu dacă s-ar putea întâmpla. E blând, se poartă frumos cu mine. E atras de Iustin, dar ...”

*Se conturează așadar temerile lui Gabi cu privire la o eventuală recăsătorie, temeri ce tulbură liniștea acesteia datorită faptului că Gabi nu „s-a debarasat” de experiențele trecutului, acestea împiedicând-o să-și trăiască viața în continuare, situație des întâlnită la femeile-mame care au trecut printr-o experiență maritală nereușită și printr-un divorț dureros.*

T: „Dar eu simt că...”

G: „Mi-e frică. Mă gândesc să nu fie iar ca celălalt, să mă certe, să mă bată, iar eu n-aș mai suporta asta.”

T: „Și pentru că gândesc toate acestea, cum mă implic în relația cu prietenul meu? Cum mă simt în această relație?”

G: „Mă simt bine. El nu mi-a spus nimic rău, dar ceva mă oprește. Cu toate că eu cred că ar putea fi bine dacă stau să compar relația mea actuală cu cea din trecut cu soțul meu. Îmi place de el, se poartă frumos cu mine, mă iubește, dar mai important pentru mine este faptul că îi place de Iustin și se înțelege bine cu el. Cred că mi-aș dori ca el să-l iubească pe Iustin mai mult decât pe mine. Să poată să-i fie tată.”

T: „Mi-aș dori un tată pentru Iustin. Îmi doresc un tată pentru Iustin care să-l iubească mai mult pe el decât pe mine, ca eu să pot fi ce?”

G: „Mamă.” *(răsuflă ușurată)*

T: „Să înțeleg că îți dorești acest lucru?”

G: „Da! E foarte greu să fiu tată pentru Iustin. Cred că îmi doresc din tot sufletul să pot fi ceea ce sunt, să-i fiu mamă.”

T: „Ce ar însemna asta pentru tine?”

G: „Aș putea fi mai îngăduitoare și cred că asta m-ar face să mă simt mai bine. Poate n-aș mai fi așa severă cu el, n-ar mai trebui să fiu.”

S: „Preia altcineva rolul de tată, un bărbat, așa cum este și firesc.”

*Gabi și-a găsit în final soluția cea mai convenabilă pentru ea. Terapeutul conduce prin dialog clienta în explorarea viitoarelor implicații ale soluției descoperite.*

T: „Așadar ar fi formidabil ca Iustin să aibă un tată. Ce s-ar întâmpla dacă te-ai recăsători?”

G: „În primul rând Iustin ar avea un tată și poate s-ar schimba mai multe în casă.”

T: „Ce s-ar putea schimba?”

G: „Iustin ar fi mai cuminte pentru că acum are un tată și pentru mine un soț cred că ar fi un ajutor în casă. Fac și eu destule în casă, dar în limita posibilităților. Un bărbat ar fi de un mare ajutor. Cred că mi-ar trebui un astfel de om pe care să mă pot baza.”

T: *(antrenând ceilalți membrii ai grupului)* „Ce s-ar putea întâmpla dacă Gabi s-ar căsători?”

*(Punerea în practică a soluției găsite va aduce, cu siguranță, multe schimbări atât în viața lui Gabi cât și a sistemului ei familial cu întregul său arsenal de relații interindividuale. E bine ca înainte clienta să-și formeze o imagine cât mai completă cu privire la ce s-ar putea întâmpla ca urmare a deciziei sale de a se recăsători. Implicarea cât mai multor membri ai grupului în discuție îl ajută pe terapeut să-și realizeze obiectivul propus.)*

L: „Ar fi bine să se căsătorească.”

T: „Ce avantaje sau ce dezavantaje ar putea avea?”

L: „Ar avea un bărbat care s-o ajute, n-ar mai fi singură, Iustin ar avea un tată, dar tata s-ar putea să-l iubească sau nu. Nu se știe.”

T: „Și dacă tata îl iubește...”

L: „E totul în regulă. Dacă nu, ar fi rău.”

T: „Și dacă ar fi rău, ce s-ar putea întâmpla?”

L: „Ar putea să se despartă.”

S: „Cred că cel mai bine ar fi să stea o perioadă împreună înainte de a se căsători. Stând zi de zi cu aceeași persoană, în aceeași casă și-ar putea da seama ce fel de om este, cum se comportă cu Iustin, ce simte față de el, ce face pentru el.”

Li: „Și ar putea să-și dea seama dacă o ajută într-adevăr la treburile gospodărești.”

E: „Eu sunt totuși de altă părere. Cred că noul tată n-ar putea înlocui tatăl natural. Într-un fel se raportează la el, în altfel la noul tată. E posibil să nu-l primească Iustin bine pe noul tată, să-l respingă.”

T: „Gabi, ce părere ai despre acest lucru? E posibil să se întâmple așa?”

G: „Nu. Nu-l cunoaște prea bine pe tatăl lui. L-a părăsit când avea 4 ani și de atunci nu l-a mai văzut. Nu-i trimite nici pensie alimentară. Din câte am văzut, Iustin s-a atașat de acest bărbat. Îi place de el, i se luminează fața când îl vede.”

E: *(pesimistă)* „Oricât de mult l-ar iubi, tot o să ai vreodată impresia că cine știe ce-i face, sau că face un gest nu tocmai potrivit și că totuși nu-l iubește pe cât îți dorești. Știi, e important să ai grijă și de tine, dar eu totuși nu cred că e bine să te recăsătorești.”

S: „Dar să știi că eu cred că s-ar putea într-adevăr să ajungă să țină foarte mult la Iustin, mai ales dacă îi plac foarte mult copiii.”

E: „Da! Eu nu spun că nu ar putea să-l iubească, dar... *(Și acum Ema dă exemplul vecinilor ei, care s-au căsătorit cu câțiva ani în urmă, ea având un copil din prima căsătorie, situația fiind similară cu cea de față. Tatăl părea a ține foarte mult la copilul soției sale, numai că lucrurile s-au schimbat odată cu nașterea propriului său copil, evident în defavoarea celui dintâi. Acestuia i s-au atribuit sarcini noi, specifice unui copil parental: să aibă grijă de cel mic,*

să participe la treburile gospodărești etc.) Acest copil a ajuns să fie de-a dreptul persecutat.”

T: „În cazul acesta cine credeți că ar fi vinovat de faptul că, copilul este persecutat?”

Li: „Mama!”

L: „Tata!”

T: „Deci, de părinți depinde totul?!”

G: „Da! (hotărâtă) Cred că și dacă mă recăsătoresc și văd că lucrurile nu merg așa cum vreau eu, pot să mă despart.”

T: „Să înțeleg că soluția care ți se pare cea mai convenabilă în momentul de față este cea de a te recăsători.”

G: „Da! Cred că da! Dacă nu încerc, nu voi ști niciodată dacă ar putea fi sau nu o reușită. Se schimbă cu siguranță ceva, poate în bine, poate în rău. Merită să încerc!”

*(Gabi a analizat în această ședință o soluție, care să îi aducă, cel puțin pentru moment, o stare de confort psihic. Un nou soț va împlini dorința copilului de a avea un tată și, în același timp, va permite mamei să-și exercite rolul pe care și-l dorește cel mai mult: rolul de mamă. Clienta a conștientizat faptul că există și riscuri dacă urmează acest drum, dar este important faptul că ea își asumă aceste riscuri.)*

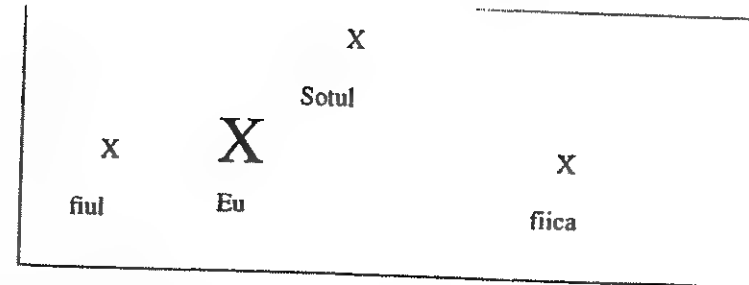
### Caz 3. Problematika familiei complete cu tată demisionar

#### Ema – o mamă suprasensibilă

Problematika specifică a familiei complete, dar în care prezența efectivă a tatălui este aproape nulă, reliefează un puternic dezechilibru la nivelul cuplului, care, cel mai adesea, conduce la suprasolicitarea și suprasensibilizarea mamei. Dacă această sensibilizare excesivă și nefirească este acceptată și trăită de soție ca mod de a fi în relație, atunci este foarte probabil ca în procesul terapeutic să iasă la lumină sentimente de vinovăție, autoculpabilizare, victimizare, autostimă redusă, reprimarea agresivității, depresie de fond și, în general, un scenariu de viață de tip victimă.

Intervenția psihoterapeutică în acest caz are ca obiectiv de primă instanță conștientizarea suprasensibilizării și a trăirilor asociate cu acest mod de a fi, iar ca obiectiv pe termen lung, reconectarea cu sine a persoanei, dezvoltarea încrederii și respectului de sine prin descoperirea, acceptarea și exprimarea propriilor nevoi, dorințe, aspirații.

În urma realizării fotografiei familiei, Ema a conștientizat că ea este „stâlpul de susținere” al întregului edificiu familial, situându-se între cei doi copii și soț, acesta din urmă fiind psihologic absent.



Ema: „Păi, așa e în realitate. Eu mă ocup de toți: de Cristi trebuie să am grijă pentru că e cum e, de Alina trebuie să am grijă să-i înțeleg problemele: acum la vârsta asta are nevoie de mamă.”

Terapeut: „Mai este soțul. Care este rolul lui în familie?”

E: „A, el e ca și cum n-ar fi. De multe ori trebuie să am grijă și de el.”

T: „Înțeleg că nu te ajută prea mult.”

E: „Deloc. Zice că are nevoie de liniște când vine acasă.”

T: „El are nevoie de liniște. Ți-a spus asta. Dar tu ce nevoie ai?”

E: „A, nu contează. N-am timp să mă gândesc la mine. Important este să o scot la capăt.” *(Atitudinea care susține comportamentul mamei este minimalizarea și ignorarea propriilor nevoi concomitent cu suprasensibilizarea pentru împlinirea nevoile membrilor familiei.)*

T: „Să o scoți la capăt, adică...”

E: „Cel mai bine mă simt când vine noaptea și toată lumea doarme. Cristi și-a făcut lecțiile, Alina e fericită.”

T: „Și tu, Ema, cum te simți?”

E: „Sunt mulțumită că am scos-o la capăt și azi.”

T: „Azi așa, mâine așa, poimăine... Tot timpul e așa?”

E: „Da. Numai că uneori nu pot să-i împac pe toți. Mă doare capul cumplit și zac.”

T: „Și cum e atunci?”

E: „E haos. Totul se duce de răpă: Cristi face crize, Alina plânge, soțul țipă la Alina și-l bate pe Cristi...”

T: „Și tu ce faci?”

E: „Mă străduiesc să-i împac: îi dau lui Cristi ce vrea el, vorbesc cu Alina.”

T: „Din câte înțeleg, tu, Ema, trebuie să o scoți la capăt în fiecare zi cu toate treburile din familie, trebuie să-i împaci pe toți și totul se duce de răpă atunci când nu ești în formă.”

E: „Asta e.”

T: „Asta e, înseamnă că accepți situația în care tu ești responsabilă pentru tot ce se întâmplă bine sau rău în familia ta.”

E: „N-am încotro. Dacă nu fac eu toate astea...”



T: „Ce s-ar întâmpla dacă n-ai face tu toate astea?” (*Supraresponsabilizarea poate reprezenta un mod subtil dar extrem de costisitor de conservare a sentimentului puterii, a omnipotenței personale, prin menținerea celorlalți într-o stare de dependență: Ema compensează sentimentul dureros al devalorizării și vinovăției, prin maniera exclusivistă și rigidă de asumare a responsabilităților casnice. Intervenția psihoterapeutică propune, la nivel imaginativ-mental, schimbarea radicală a comportamentului, în vederea dezvoltării beneficiilor secundare care sunt amenințate de această modificare.*)

E: (surprinsă) „?”

T: „S-a întâmplat vreodată să nu mai faci toate astea, să nu te mai porți ca și cum familia ar fi doar responsabilitatea ta?”

E: „O dată n-am mai vrut să spăl. Au stat acolo hainele până au început să le poarte din nou, nespălate.”

T: „Aha! Și ce s-a întâmplat?”

E: „Tot eu a trebuit să le spăl.”

T: „A trebuit?”

E: „Păi, îmi era mie silă să-i văd că umblă așa.”

T: „Înțeleg că le-ai spălat pentru că ție îți era silă. Dar Alina, soțul, ce au făcut?”

E: „N-au făcut nimic. Credeau că o să-mi treacă.”

T: „Îți mai trecuse cu alte ocazii?”

E: „Tot timpul. Tot eu trebuie să rezolv situațiile astea. N-are cine altcineva.” (*Persistența în același tip de argumente sugerează profunzimea și rigiditatea acestei atitudini care devine o redutabilă rezistență în procesul de optimizare a comportamentului.*)

T: „Tu trebuie să rezolvi, tu trebuie să faci ceva tot timpul. Imaginează-ți că ai putea deveni invizibilă, că ai rămâne în familie, dar n-ai putea să acționezi și nici să fii văzută. Ce s-ar putea întâmpla?”

E: „Nici nu vreau să mă gândesc. Ar fi o nebunie.”

T: „Ar fi o nebunie, chiar așa, și totuși ce s-ar putea întâmpla?”

E: „Cristi ar suferi. Soțul meu n-are răbdare cu el. N-aș putea să îi fac asta lui Cristi.”

T: „Și totuși ești invizibilă și nu poți face nimic. Imaginează-ți ce se întâmplă.”

E: „Nu pot. Cristi are nevoie de mine. Nu poate să se descurce fără mine.”

T: „Va trebui să învețe să o facă.”

E: „Nu, n-o să poată fără mine.” (*Copilul este menținut dependent pentru a justifica scenariul de viață de tip victimă al mamei și avantajele compensatorii oferite de supraresponsabilizare.*)

T: „N-o să poată fără tine... Ce te face să spui asta? A încercat și n-a putut?”

E: „Știți, Cristi e un copil cu probleme. Nu e ca ceilalți copii. Are mare nevoie de mine. Nu se descurcă singur.”

T: „Cristi este cel care te face să gândești că trebuie să faci să fie totul bine? Pentru el încerci să faci lucrurile să meargă cât mai bine?”

E: „Da, e important pentru el să fie bine. Măcar atât.”

T: „Măcar atât?”

E: „Nu e vina lui că e așa.” (*Sentimentul de vinovăție conduce adesea la asumarea unor reponsabilități nerealiste; persoana se autopedepsește pentru o faptă neclară sub raportul responsabilității.*)

T: „E vina cuiva că e așa?”

E: „Nu știu...”

T: „Te gândești că ar putea fi vina ta?”

E: „E greu de spus. Oricum trebuie să am grijă de el.”

T: „Numai tu trebuie să ai grijă de el? E doar fiul tău?”

E: „Taică-său nu se ocupă. Nu am ce face.”

T: „Ce-ai spune dacă chiar Cristi ar învăța să facă ceva pentru el?”

E: „Nu se poate.”

T: „Cum ai hotărât asta?”

E: „Nu vreau să sufere mai tare.”

T: „Înțeleg că ai hotărât și asta pentru el. Ai hotărât cât și cum trebuie să sufere.” (*Atitudinea hiperprotectivă blochează inițiativa copilului care, prin neputința lui, justifică un întreg set de comportamente ale mamei: decât să se schimbe, Ema preferă să amplifice starea lui Cristi.*)

E: „??” (*mimică surprinsă, tăcere semnificativă*)

T: „Ce spune Cristi de toate astea? Cum se simte el?”

E: „Bine. Se simte ocrotit.”

T: „E suficient pentru el?”

E: „Cred că e cel mai important.”

T: (*către un membru al grupului*) „Eugen, vrei să încerci puțin să fii Cristi? Ai auzit ce crede mama ta. Ce simți în legătură cu asta?” (*Decentrarea provocată de jocul de rol facilitează accesul la o altă realitate decât cea în mod curent asumată.*)

Cristi: (*joc de rol asumat de Eugen*) „Am nevoie să fiu ocrotit dar vreau să fiu capabil să mă descurc și singur. Nu o să fiu toată viața cu mama lângă mine.”

T: „Ai auzit ce spune Cristi. Ce crezi despre asta?”

E: „Da, dar nu înțelegeți că Cristi nu e așa un copil ca oricare altul. El nu se poate descurca fără mine.”

T: „Ce s-ar întâmpla dacă într-o zi constăți că se descurcă fără tine?”

E: „Nu se poate asta.” (*Dependența dintre mamă și fiu funcționează în ambele sensuri, fiecare devenind pentru celălalt persecutor și victimă, modul de existență simbiotic al relației lor blocând evoluția ambilor.*)

T: „Pentru că tu ai stabilit asta? Încearcă să îți imaginezi că într-o zi Cristi nu mai are nevoie de tine pentru că se descurcă foarte bine singur. Cum ai putea să te simți în acea zi?”

E: „Aș vrea asta dar nu e posibil.” (*Refuzul repetat al independenței lui Cristi dovedește valoarea/semnificația deosebită a rezistenței Emei: tăierea „cordonului ombilical” psihologic dintre mamă și fiu provoacă dezorientare și frică.*)

T: „În imaginație totul e posibil. Convinge-te că e posibil, că s-a întâmplat asta și află ce simți. Ce se schimbă în tine, în felul tău de a fi?”

E: „Ar fi minunat pentru el.”

T: „Dar pentru tine? Cum te-ai simți tu?”

E: „Nu știu... Ce importanță mai are?”

T: „Să înțelegi că ceea ce contează este doar cum se simte Cristi.”

E: „Da, eu oricum mi-am trăit viața. Ce mai pot să aștept?” (*Sacrificiul declarat pentru Cristi protejează de confruntarea cu sine, de recunoașterea propriei existențe independente, de asumarea reală a propriilor nevoi și a responsabilității față de sine.*)

T: „Iată o întrebare bună: ce aștepti tu, Ema, ce îți dorești pentru tine de la viață?”

E: „Nu știu... Acum nu știu.”

T: „Ai putea să te gândești.”

E: „Nu cred că acum...”

T: „Nu acum neapărat. Află ce îți dorești pentru tine, cum ai vrea tu să fie viața ta. Imaginează-ți cum ar fi să fie totul după cum îți dorești tu. Gândește-te că fiul tău o să învețe cu timpul să fie independent pentru că e important pentru el și tu vrei să-i fie bine, Alina o să-și vadă de viața ei, soțul la fel. Rămâi tu. Descoperă cum e să fii numai tu cu tine, află ce îți dorești numai pentru tine.”

E: „Nu știu... Nu m-am gândit niciodată așa, că aș putea să fac ce vreau, să am timp pentru mine...”

G (*o persoană din grup*): „E important să ai timp numai pentru tine. Eu ies cu prietenele în fiecare săptămână, fără copil.”

M (*altă participantă*): „Eu îmi iau și fetele, dar fac ce îmi place și mie: ne plimbăm, mergem la film.”

Tendința Emei de a-l folosi pe Cristi pentru a-și atenua sentimentele de vinovăție și de a-i întreține neputința pentru a-și crea iluzia importanței rolului ei în familie a reieșit și cu prilejul exercițiului „construirii structurii familiei”. În realizarea „sculpturii familiei”, Ema a redat relația sa cu copiii astfel: s-a așezat între cei doi copii ai ei, mai aproape de cel mai mic cu care are și un contact corporal mult mai strâns, și mai departe de fiica mai mare cu care are un contact corporal redus, concretizat într-o strângere de mână.

Metafora posturală a permis mamei să conștientizeze care este adevărata relație cu copiii ei. Copilul cel mic este hiperprotejat, este cel de care se ocupă cel mai mult, în timp ce fiica sa constituie un adevărat sprijin (mâna mamei se sprijină pe umărul fetei), un partener care ține locul tatălui demisionar. Cei trei alcătuiesc practic un triunghi familial: mama, tatăl de substituție (fiica cea mare) și copilul care este „în brațele mamei”. Intrând în rolul fiecăruia, al copilului mic și al fiicei sale, Ema a conștientizat ce simte fiecare în cadrul acestei relații intrafamiliale, fapt care a determinat-o pe Ema ca în final să accepte în exercițiul postural să renunțe la contactul foarte strâns cu Cristi în favoarea unuia care să-i ofere acestuia mai multă libertate de mișcare. Modificarea care a avut loc la nivelul scenariului corporal metaforic a fost tradusă în descoperirea unor modalități concrete care să-i confere lui C. mai multă independență. Ceilalți părinți din grup au propus variantele pe care ei înșiși le adoptă în relația cu copiii lor, dialogul lor cu Ema ajutând-o să accepte unele manifestări de autonomie ale lui Cristi cum ar fi să vină singur de la școală, să se joace singur afară cu supraveghere discretă, să încerce să-și facă singur lecțiile înainte ca Ema să-i ofere ajutorul. Toate aceste schimbări au fost urmărite și sprijinite atât în cadrul grupului de părinți cât și în procesul de consiliere individuală a Emei.

Procesul terapeutic desfășurat în grupul familiilor s-a caracterizat prin flexibilitatea abordării atât a problemelor familiei ca sistem cât și a dificultăților individuale ale membrilor familiei.

#### Caz 4. „Decontaminarea” de trecut, a relației familiale prezente Sanda - o soție copil

Cazul analizat în continuare este relevant pentru maniera în care problematica personală, dezvoltată în relație cu alte persoane din afara sistemului familial actual, influențează și conflictualizează relațiile din interiorul acestuia.

Intervenția psihoterapeutică are în vedere descoperirea modului în care „afaceri neterminate” din alt context relațional interferează cu relația actuală, retrăirea și rezolvarea conflictelor din trecut și „decontaminarea” relației prezente prin conștientizarea trăirilor și reacțiilor autentice care sunt rodul interacțiunilor din această relație.

Sanda face parte dintr-o familie în care soțul, respectiv tatăl fiicelor sale, este destul de mult plecat datorită serviciului pe care îl are. Dificultățile specifice unei asemenea situații familiale, în special cele legate de exercitarea autorității în relația cu copiii, sunt amplificate de anumite reacții ale Sandei „învățate” în relația cu mama ei.

Sanda construiește, cu ajutorul celorlalți membri ai grupului care devin personaje din familie, „sculptura” propriei familii, așa cum o percepe în acest moment.

Redăm în continuare demersul terapeutic inițiat, pornind de la analiza sculpturii familiei.

Sanda se plasează între cele două fiice, ținându-le de mână. Tatăl este „uitat”, nefiind inclus în sculptură (tatăl este marinar și lipsește destul de frecvent din familie).

**Terapeutul:** „Și tatăl?”

**Sanda:** (uimită) „Nu e. De fapt, nu prea e. E mai mult plecat. Și când este, este autoritar cu fetele.” (Prima trăsătură asociată prezenței paterne este autoritarismul, severitatea.)

**T:** „Autoritar. Adică?”

**S:** „Fetele îl ascultă, îl știu de frică.”

**T:** „Cum face să fie ascultat?”

**S:** „Ridică tonul.”

**T:** „Cum e pentru tine când soțul tău ridică tonul la fete?”

**S:** „Îmi place asta.”

**T:** „Îți place... Cum se face că îți place asta?”

**S:** „Îmi place că fetele îl ascultă. Că îl știu de frică. (Mama se simte bine atunci când rolul autorității revine, în mod firesc, figurii paterne. Fantasma trecutului e prezentă: plăcerea asociată cu teamă ne trimite la relația cu propriul tată.) Raluca se revoltă adesea din cauză că e prea autoritar și atunci se întâmplă să-și piardă răbdarea și să dea în ea. Și pe mine mă doare. Nu are dreptul să dea în fete!” (Copilul privat de prezența tatălui nu interiorizează interdicțiile și regulile devenind un mic rebel.)

**T:** „Nu are dreptul... Ce te face să crezi asta?”

**S:** „Pentru că fetele sunt de fapt ale mele. Eu le-am crescut. (Autoritatea tatălui/soțului îi creează Sandei trăiri ambivalente atunci când depășește limitele de toleranță: mama-unicul centru de putere în familie pentru perioade lungi de timp-pendulează între starea de bine creată de degrevarea de responsabilitate, corelată cu rolul de autoritate și frustrarea generată de manifestarea unei autorități „mai autoritare” decât cea exercitată de ea în mod curent. Copiii se preschimbă în „posesiuni” care trebuie apărute. Nu este hazardat să presupunem că mama se simte amenințată sub raportul eficienței metodelor ei de disciplinare.)

**T:** (către o persoană din grup) „Poți să fii soțul Sandei pentru un timp? (invitație la joc de rol) Sanda tocmai ți-a spus că n-ai dreptul să dai în fete pentru că sunt mai mult ale ei. Ce simți acum?”

**Marius:** „Nu e corect. Nu sunt de acord.”

**T:** „Asta gândești. Dar ce simți?”

**M:** „Nu are dreptate. Eu le iubesc.”

**S:** (intervenind prompt) „Dar eu îmi petrec cel mai mult timp cu ele.”

**M:** „Asta pentru că eu muncesc, aduc bani și am mai puțin timp liber.” (disputa diviziunii rolurilor parentale)

**S:** „Asta nu îți dă dreptul le lovești.”

**M:** „Când mă întorc din călătorie descopăr că fetele sunt răsfățate, obraznice.”

**T:** „Ce îți trece atunci prin minte, Marius?”

**M:** „Că mama e vinovată. Nu le bate, nu le ceartă, le face toate poftele. De-aia sunt răsfățate. Cu mine nu se poartă așa.”

**T:** „Tu cum faci ca fetele să nu se poarte așa?”

**M:** „Sunt mai sever, mai autoritar.”

**T:** „Mai sever, mai autoritar decât cine?”

**M:** „Decât Sanda.”

**T:** „Deci, pentru tine Sanda este mai puțin autoritară.”

**M:** „Da. Ar trebui să fie mai autoritară.” (Tatăl transferă mamei atribuții care țin de propriul rol - autoritatea, controlul - sporind neîncrederea și confuzia Sandei în rolul său hibrid de mamă-tată. În mod firesc bărbatul în cuplu, respectiv tatăl în familie, își asumă rolul autorității active care instituie limite, condiții și reguli. În absența acestui pattern relațional femeia, respectiv mama, se simte insecurizată, confuză și va deveni inefficientă în propriul rol, fie încercând să compenseze, mutilându-și astfel feminitatea, fie trăind o permanentă stare de anxietate tradusă cel mai adesea în cazul femeilor sub forma tulburărilor somatoforme de tipul „mă doare capul”, „sunt obosită”. Ele semnalează în mod simbolic disfuncționalități la nivelul relației de cuplu, respectiv cuplu parental, în ceea ce privește asumarea și exercitarea puterii sub toate aspectele ei: competență, capacitate de decizie, fermitate, consecvență.)

**T:** „Ce părere ai, Sanda, despre cum te vede Marius?” (provocarea confruntării directe scurtează monologul fantezist în doi în favoarea dialogului adesea plin de asperități și durere, dar autentic, real)

**S:** „Nu are dreptate. Eu cred că fac bine ce fac.”

**T:** „Spune-i soțului tău asta.”

**S:** (către M.) „Eu cred că fac bine ce fac.”

**M:** „Da, dar nu te impui suficient.”

**S:** „Eu nu pot să am grijă toată ziua de fete, să mă și joc cu ele și să fiu și autoritară cu ele. Fac ce pot.” (Mama se simte suprasolicitată, împovărată și cu responsabilitățile tatălui.)

**T:** „M., ai auzit ce simte soția ta. Ce părere ai?”

**M:** „Cineva trebuie să aducă bani în casă. Eu muncesc ca să ne creștem fetele.”

*(Marius se eschivează de la exercitarea rolului său în interiorul familiei. Intervenția terapeutică vizează într-o primă instanță redimensionarea rolului parental și conștientizarea responsabilităților pe care le are în interiorul familiei.)*

S: „Știu asta.”

T: „Spune-i lui Marius ce simți față de ceea ce face el!” *(Valorizarea partenerului reduce șansele prăbușirii discuției în slalomul reproșurilor reciproce, în care fiecare își apără cu strășnicie propria poziție, făcând imposibil dialogul.)*

S: „Îmi pare bine. Face foarte bine. N-am nimic de zis. Numai că ... mă gândesc câteodată că parcă ar fi numai fetele mele.”

T: „Ai nevoie de ceva din partea tatălui ca să simți că nu sunt numai fetele tale?”

S: „Să fie mai bun cu ele, să nu le bată, chiar și atunci când le ceartă să fie mai îngăduitor.” *(Sanda confundă atributele rolului patern care țin de impunerea unor limite, a unor condiții și reguli, cu alte cuvinte, de exercitarea autorității, cu atributele rolului matern care presupune acceptare necondiționată, căldură, sprijin emoțional. Este o confuzie tipică ce survine în familiile monoparentale alcătuite din mamă și copil sau în familiile complete în care figura paternă este slab reprezentată sau absentă sub raport psihologic.)*

T: „Ce înseamnă să fie mai îngăduitor?”

S: „Să nu țipe. *(izbucnește)* Nu suport ca o altă persoană să țipe! Nu mai suport!” *(demersul psihoterapeutic este „deturnat” de la problemele cuplului și ale familiei și se concentrează asupra dificultăților personale, individuale. Pendularea flexibilă de la analiza sistemului familial la analiza persoanei care face parte din acest sistem este firească în terapia de familie. Problemele cuplului și ale familiei nu au șanse reale de soluționare decât dacă fiecare membru al familiei devine conștient de propriile probleme și învață cel puțin să le țină sub control. Este imposibil de conceput o familie armonioasă dacă fiecare din reprezentanții ei aduce în scena interacțiunilor din familie reacții și comportamente distorsionate care adesea nu au nici o legătură cu partenerul de cuplu sau cu copiii, ci sunt modele atitudinale formate în relație cu alte persoane și aplicate automat, reflex, în noua situație.)*

T: „Nu mai suportă ca o altă persoană să țipe. Cine a țipat sau țipă în continuare la tine?”

S: „Mama. Mama era învățătoare și își vărsa nervii de la școală acasă. Țipa la noi. E o obișnuință din familie să se ridice tonul. Și eu ridic tonul ca să mă eliberez. Dar el țipă direct și se face liniște.”

T: „Așa cum țipa mama ta?”

S: „Da, exact așa. *(Transferă în relația de cuplu reacțiile emoționale provocate de propria mamă. Este important să conștientizeze diferența de situație și.*

*statutul ei, nu înainte de a avea acces la trăirile reprimite provocate de acea situație.)*

T: „Ce simțai tu când erai mică și mama țipa la tine?”

S: „Furie. Preferam să mă bată decât să țipe la mine. *(Furia este sentimentul firesc care apare ori de câte ori suveranitatea Eu-lui este încălcată de către o altă persoană.)*

T: „Preferai să te bată... Cum îți explici asta?”

S: „Nu suport nici când se țipă în alte familii. Pentru că se aude.” *(Atentatul la imaginea de sine este cu atât mai traumatizant cu cât implică un public, fie el și circumstanțial. Copilului admonestat în public îi este lezată stima de sine cu efecte negative asupra formării eului. Este de presupus că în acest caz avem de-a face cu o persoană senzitivă social pentru care aprecierea și aprobarea socială contează într-o mare măsură.)*

T: „Se aude... Și dacă se aude, tu crezi că...”

S: „Că și ei mă aud pe mine.”

T: „Și dacă ei te aud pe tine...”

S: „Gândesc despre mine că sunt nebună.”

T: „Și dacă ei gândesc despre tine că ești nebună...”

S: „Nu e bine.”

T: „Nu e bine... Cine spune că nu e bine?”

S: „Nu e bine, pur și simplu.” *(Rezistență: refuză să găsească un răspuns personal și se refugiază în siguranța unei judecăți rigide.)*

T: „Tu ce gândeai despre mama ta când țipa la tine?”

S: *(zâmbește)* „Nu pot să spun... Că are probleme cu nervii.” *(Fenomenul proiecției este omniprezent în interacțiunile umane: Sanda care gândește despre mama ei că are probleme cu nervii - o formulă elegantă pentru mult mai prozaicul „nebună” - atribuie vecinilor judecata ei, dezvinovățindu-se în acest fel. Apar posibile probleme legate de reprimarea agresivității și perceperea ei ca pe un indicator al anormalității, al slăbiciunii. În acest caz, abordarea terapeutică se va concentra asupra acceptării răspunsului agresiv ca un tip perfect normal de reacție la comportamentele de dominare și autoritarism.)*

T: „Asta gândea Sanda când era mică?”

S: „Nu cred că atunci... Mama țipă și acum la mine și eu cred că vecinii zic despre noi că suntem nebune.”

T: „Asta te nemulțumește cel mai tare atunci când țipă mama la tine? Că o să zică vecinii că sunteți nebune?”

S: „Da... și nu mai pot să fac eu ce vreau. Devine autoritară și mă împiedică să fac ce vreau.” *(Este de presupus o relație dificilă cu autoritatea, de aceea în terapia de cuplu se va urmări remodelarea atitudinii față de manifestările de autoritate ale soțului. De asemenea, este important ca Sanda să conștientizeze*

diferența dintre autoritate și autoritarism și cu atât mai necesară devine stimularea prezenței soțului în viața de familie.)

T: „Cum poate mama ta să te împiedice pe tine să faci ce îți dorești?”

S: „Pentru că eu țin la ea. Și îi iese. Cu frații mei nu-i merge. Dar eu țin la ea și ea atunci e autoritară. (Șantajul afectiv reprezintă forma de manipulare de elecție în relațiile care presupun implicare afectivă: mama care contează pe dragostea fiicei se folosește de ea ca să își impună voința.)

T: „Deci, tu ții la mama ta, ea știe asta și te face să acționezi după cum vrea ea. Adică devine autoritară.”

S: „Exact. Dacă trebuie să fac ceva, îi cer voie mamei.”

T: „De ce faci asta?”

S: „Nu pot să-i spun direct ce vreau.”

T: „Ce te reține să-i spui direct?”

S: „Teama de refuz.” (Ascunde teama de respingere, teamă firească în cazul persoanelor traumatizate sub raportul imaginii de sine prin șantaj afectiv în copilărie. În spatele ei descoperim un părinte dominator dar imatur emoțional, care nu poate risca pierderea autorității conferite de rolul de părinte și care se folosește de sentimentele copilului pentru el ca de un capital pe care îl poate retrage după propria voință. Dispune de sentimentele copilului după bunul său plac și amenință cu retragerea afecțiunii, cu respingerea afectivă, ori de câte ori copilul încearcă să acționeze independent. În cazul copilului, ca și în cazul unor „adulți”, respingerea afectivă echivalează cu rănirea stimei de sine, mergând de la frustrare până la sentimentul desființării, negării de sine, dacă persoana puternic investită emoțional se retrage. Dacă pentru copil este firească dependența de aprecierea afectivă a părintelui, acesta din urmă plămădind viitoarea personalitate a copilului, la adultul matur emoțional respingerea emoțională a partenerului, deși dureroasă, poate fi mai ușor suportată, personalitatea fiind deja definită și funcționând mecanismul autovalorizării și autoaprecierii construit pe baza interiorizării în timp a iubirii primite de la alte persoane.)

T: „Cum te simți dacă mama te-ar refuza?”

S: „Oricum ar fi, trebuie să faci ca ea. E foarte autoritară.” (rezistență terapeutică)

T: „Trebuie să faci ca ea... Cine spune că trebuie să faci ca ea?”

S: „Nu știu... pur și simplu așa se întâmplă.” (Fenomenul atribuirii puterii împrejurărilor impersonale, neutre și indiferente - „se” - sau altei persoane care încetul cu încetul devine „călău” care își găsește victima în persoana care l-a investit cu mai multă putere decât era firesc. Paradoxal este faptul că, treptat, victima devine la rândul ei călău și, prin învinovățire subtilă și agresiune ascunsă, otrăvește existența celui care a cedat tentației de a primi și folosi prea multă putere.)

T: „Așa se întâmplă... Gândește-te la o situație în care s-a întâmplat așa.” (Intervenția vizează conștientizarea propriei responsabilități în producerea întâmplărilor.)

S: „De sărbători... Eu și soțul meu a trebuit să plecăm la Constanța la niște prieteni, iar mama urma să stea cu fetele.”

T: „Ce s-a întâmplat?”

S: „Mi-a fost rușine să-i spun mamei să stea cu fetele pentru că știam că vrea să stau cu ea de sărbători. Dar soțul dorea să mergem la prietenii noștri. Nu aveam curajul să-i spun soțului că nu pot să-i cer mamei să stea cu fetele.”

T: „Nu aveai curajul. Ce s-ar fi întâmplat dacă i-ai fi spus?”

S: „Mi-ar fi spus că nu trebuie să țin cont de ce vrea mama, că nu trebuie să-i explic de ce plecăm la Constanța, că noi suntem o familie și am dreptul să fac ce vreau.”

T: „Ce gândești despre aceste lucruri pe care ți le spune soțul tău?”

S: „Are dreptate. Dar nu pot să-i cer mamei pur și simplu să stea cu fetele.” (Rațional acceptă rolul de soție independentă de mama ei dar, emoțional, există dependență afectivă de aprecierea maternă - indicator de imaturitate emoțională.)

T: „Ce te împiedică?”

S: „Nu pot să-i spun direct.”

T: „Imaginează-ți că tocmai i-ai spus direct. Ce se întâmplă?”

S: „M-ar refuza.”

T: „Bine. Mama tocmai te-a refuzat. Ce simți acum, când mama tocmai te-a refuzat?”

S: „Că am rănit-o. Că am jignit-o. Că nu trebuia să-i cer asta.” (Posibilă introiecție: de fapt, Sanda se simte rănită de refuzul mamei dar maschează furia provocată de durere prin mecanismul substituției.)

T: „Ce crezi că gândește mama despre tine?”

S: „Că nu sunt o fiică bună.”

T: „Nu ești o fiică bună pentru că...”

S: „I-am cerut așa ceva direct.”

T: „Pentru că i-ai cerut direct.”

S: „Da.”

T: „Ce înseamnă pentru tine să ceri direct?”

S: „Nu știu... Să fiu nepoliticoasă. Să rănesc.”

T: „Poți să ne spui cum reușești să rănești o altă persoană cerându-i direct ceva?”

S: „Poate că nu poate să dea ce îi cer.”

T: „Și dacă nu poate să dea ce-i ceri tu îți imaginezi că...”

S: „Că se simte rănită.”

T: „Ce anume o face să se simtă rănită?”  
 S: „Faptul că nu poate să dea ce-i cer.”  
 T: „Sanda, ți s-a întâmplat ca tu să nu poți să dai ceva ce ți s-a cerut în mod direct?”  
 S: „Da.”  
 T: „Cum te-ai simțit?”  
 S: „Rănită, umilită...”  
 T: „Umilită... Mai exact, ce te-a făcut să te simți umilită?”  
 S: „Faptul că nu am putut să dau ce mi s-a cerut.”  
 T: „Nu ai putut. Cum este pentru tine o persoană care nu poate?”  
 S: „Slabă, neputincioasă.”  
 T: „Deci tu, Sanda, când nu poți să dai ce ți se cere te simți umilită, slabă, neputincioasă.”  
 S: „Da.”  
 T: „Ce faci atunci când te simți așa?”  
 S (*strânge pumnii*)  
 T: „Amplifică gestul cu pumnii și află ce simți! Strânge pumnii cât mai tare! Ce simți?”  
 S: „Furie.”  
 T: „Furie, furie contra cui?”  
 S: „Față de persoana care mi-a cerut ceva.”  
 T: „Ce îți vine să-i spui?”  
 S: „M-ai umilit!”  
 T: „M-ai umilit și eu aș vrea ca tu...”  
 S: „Să nu te mai văd, să pleci!”  
 T: „Să nu te mai văd, să pleci pentru că tu mă faci să mă simt...”  
 S: „Mă faci să mă simt umilită.”  
 T: „Și atunci când mă simt umilită...”  
 S: „Sufăr.”  
 T: „Și dacă sufăr, vreau ca tu...”  
 S: „Să pleci, să nu te mai văd niciodată!”  
 T: „Să pleci, să nu te mai văd niciodată pentru că mă faci să sufăr. Înțeleg că respingi persoană respectivă ca să nu mai suferi.”  
 S: „Da.”  
 T: „Deci, Sanda, dacă cineva îți cere ceva direct și tu nu poți să-i dai, te simți umilită, suferi și respingi persoana care ți-a cerut ceva.”  
 S: „Da.”  
 T: „E posibil ca și mama ta să reacționeze la fel când tu îi ceri ceva?”  
 S: „Da.”  
 T: „Ce s-ar întâmpla atunci?”  
 S: „Aș pierde-o.”

T: „Și dacă ai pierde-o te-ai simți...”  
 S: „Vinovată.”  
 T: „Vinovată pentru că...”  
 S: „Pentru că am respins-o.”  
 T: „Dar, dimpotrivă, mama te-a respins pe tine.”  
 S: „Dar eu am făcut-o să mă respingă.”  
 T: „Tu ai făcut-o. Deci tu ai **puterea** asupra mamei. Ești puternică.”  
 S: „Nu știu...”  
 T: „Păi dacă ai putut determina o altă persoană să te respingă, înseamnă că ești foarte puternică. Gândește-te câte lucruri mult mai simple ne dorim să facă ceilalți și nu reușim. Iar tu ai făcut-o pe mama ta să te respingă! (*intervenție paradoxală*). De fapt, nu mama prin voința ei te-a respins ci tu te-ai respins!”  
 S: „???” (*mimică intrigată*)  
 T: „Mă gândesc că poți determina o persoană să te iubească, pe o altă să te respingă. Ai foarte multă **putere**! (*Adesea complexul de inferioritate, umilința sunt avanscena unui complex de superioritate cu strășnicie tăinuit dar care imprimă inconștient tot felul de fantasme de omnipotență: „Trebuie să controlez totul, să fac totul cât mai bine, cât mai deosebit, să nu greșesc, să nu pierd niciodată”*.)  
 S: „?” (*din ce în ce mai uimită*)  
 T: „Ai **puterea** să-i faci pe ceilalți să te iubească, să te respingă. Practic înseamnă că tu ești responsabilă de trăirile pe care le încearcă ceilalți în legătură cu tine.”  
 S: „Nu-i adevărat.”  
 T: „Cum nu, de vreme ce te simți vinovată? Nu te poți simți vinovată decât pentru ceea ce ai determinat tu.”  
 S: „?... N-am vrut să o rănesc.”  
 T: „Asta înseamnă că nu ai de ce să te simți vinovată, nu?”  
 S: „Eu n-am vrut decât să o rog să mă ajute.”  
 T: „Dar mama s-a simțit rănită.”  
 S: „Da, dar nu eu am vrut asta.”  
 T: „Adică nu tu ai făcut asta.”  
 S: „Nu. Mama s-a simțit rănită pentru că a crezut că vreau să o umilesc. Dar eu nu am vrut asta.”  
 T: „Atunci înseamnă că **imaginația** ei este cea care a declanșat sentimentele ei, nu tu.”  
 S: „Cred că da.”  
 T: „La fel și în cazul tău: atunci când o persoană îți cere ceva, îți imaginezi că te umilește și o respingi ca să te protejezi.”  
 S: „Da. Asta înseamnă că eu îmi provoc suferința.” (*insight*)



T: „Ce-ai putea să faci ca să nu îți provoci suferința?”

S: „Să nu mă gândesc că cealaltă persoană vrea să mă umilească.”

T: „Oare ce ar putea să vrea cealaltă persoană?”

S: „Ceva ce ea crede că am eu.”

T: „Ea crede, deci nu e sigură.”

S: „Da.”

T: „Cum ai putea să-i răspunzi?”

S: „Să-i spun că nu am.”

T: „Imaginează-ți că o persoană ți-a cerut ceva ce tu nu poți să dai pentru că nu ai acel lucru sau nu stă în puterea ta să oferi ceea ce ți-a cerut. Tocmai i-ai spus că nu poți să-i dai ceea ce-ți cere. Cum te simți acum?”

S: „Asta e! Dacă nu pot, nu pot!”

T: „Nu poți. Asta e! Ce simți?”

S: „Nu cred că pot totul.”

T: „Nu poți totul...”

S: „Așa că asta e!”

T: „Adică?”

S: „Îi spun că nu pot și gata.”

T: „Te simți umilită?”

S: „Nu. Nu trebuie să pot totul.”

*(Intervenție paradoxală pe problema responsabilității aparent neasumate dar, de fapt, greșit supraasumate. Ideea este că nu suntem nici responsabili, nici vinovați pentru trăirile altei persoane: o persoană matură emoțional își asumă trăirile proprii nu trăirile altei persoane. Simbioza emoțională specifică relației afective cu mama din primul an de viață, în cadrul căreia domină procesul de contagiune afectivă și dizolvare a identității, este căutată și recreată de mulți adulți în special în relațiile erotice dar conduce cel mai adesea la dezamăgiri dată fiind coliziunea acestui tip de comuniune cu solicitările și nevoile vieții adulte. Fantasma identificării și contopirii psihologice cu partenerul de relație exercită o fascinație la fel de intensă ca „paradisul pierdut” dar întreține iluzii care confruntate cu realitatea creează decepții adesea greu, dacă nu imposibil de depășit. Una dintre ele se referă la confuzia „proprietății” sentimentelor: o trăire care aparține uneia dintre persoane este neasumată și proiectată asupra celeilalte, lanțul confuziilor sporind o dată cu apropierea emoțională.)*

### IV.3. Lucrul cu grupul copiilor din perspectiva contextului familial

Întâlnirile de grup adresate copiilor au avut în vedere, pe lângă realizarea psihodiagnozei inițiale, crearea unui context securizant pentru exprimarea nevoilor și frustrărilor generate de climatul familial, antrenarea expresivității și creativității, a autoafirmării și cooperării, a capacităților empatice și optimizarea comunicării în relația cu părinții.

Pretextele provocative propuse s-au situat în sfera tehnicilor psihodramatice și a scenariului metaforic, susținute de procedee specifice arteterapiei cum sunt modelajul, desenul și dansul. Aceste modalități de intervenție au avantajul că acționează nemijlocit asupra sferei emoționale, reprezintă codul de comunicare cel mai adecvat pentru copii, datorită dificultăților acestora legate de verbalizarea conflictelor emoționale trăite și oferă protecție afectivă prin interpunerea unui suport obiectual securizant între emoții și efectele acestora asupra imaginii de sine (în special posibilele sentimente de culpabilitate față de părinți). Construirea unor astfel de situații creează un mediu excelent atât pentru proiecția conflictelor și afectelor inconștiente cât și pentru reconstrucția emoțională întrucât dispune de două calități complementare: securizare și provocare.

Problematica cea mai frecventă care s-a dezvăluit în timpul lucrului în acest grup a fost cea a copiilor crescuți în familii monoparentale.

#### IV.3.1. Psihodrama – context terapeutic de dezvoltare a problematicei copilului monoparental

Tehnica psihodramatică explorată în context experiențialist permite accesul rapid și netrănat la părți ale eului copilului care este implicat într-un astfel de experiment. Jucându-se pe sine, copilul dezvăluie comportamente și atitudini asimilate și interiorizate în mediul familial de proveniență, punându-și în scenă, spontan, părinții lăuntrici. Apelul copilului în plină creștere la atitudinile și valorile parentale este firesc și are efecte structurante pentru devenirea personalității lui. Această permanentă raportare a acțiunilor copilului la părinți nu înseamnă întotdeauna inițierea unei interacțiuni directe, nemijlocite, între părinte și copil ci, mai ales, întoarcerea copilului spre sine în vederea interogării mamei sau tatălui „re-creați” în sufletul lui. Astfel părinții, împreună cu tot ceea ce reprezintă, devin resurse personale, interioare, ale copilului,

reper importante care ghidează subtil, dinlăuntru, adesea inconștient, judecata și acțiunea lui.

Pe parcursul unei psihodrame care vizează modelarea și remodelarea unui context familial, copilul adoptă, la nivelul interacțiunilor cu partenerii de joc, patternurile de relație din propria familie, situația psihodramatică, dezvoltând „jocurile” dintre membrii familiei, constituindu-se într-un soi de psihodiagnostic dinamic sui-generis.

Modalitățile de utilizare a tehnicilor psihodramatice în grupul copiilor au fost construirea liberă a unui scenariu familial, refacerea și jucarea unei situații reale din propria familie - fie o situație dilematică, fie una care l-a impresionat foarte mult pe copil.

### *Construirea liberă a unui scenariu familial*

Psihodrama despre care vom discuta în continuare a avut ca scop punerea în scenă a vieții dintr-o familie în care actorii sunt copiii din grupul psihoterapeutic. Acest context dramatic a dezvăluit problematica relației copilului monoparental cu autoritatea și cu resursele masculine ale propriei personalități.

Obiectivele pe care le-am urmărit prin crearea acestei situații psihodramatice au vizat proiectarea identificărilor, a conflictelor și dorințelor legate de viața de familie.

Tehnica metapozițiilor, jocul de rol și scenariul metaforic au permis mobilizarea alternativă a tuturor membrilor grupului și reconstrucția permanentă a sistemului familial creat în vederea corectării unor atitudini și comportamente.

După constituirea structurii familiale (tipul de familie extinsă alcătuită din mamă, tată, fată, băiat, bunic, bunică) actorilor li s-a sugerat că se pot folosi de obiectele din cameră pentru a-și juca rolul cât mai sugestiv. Momentul alegerii obiectului reprezentativ pentru rol a declanșat o dispută acerbă în jurul **jobenului** asupra căruia s-au repezit cei trei „bărbați” ai familiei: tatăl, bunicul și fiul. Fiecare dintre personajele sus-menționate este în viața reală un băiat care trăiește fie în familii monoparentale (bunicul și băiatul), fie în familie completă, cu tată psihologic absent, inefficient. În mod spontan și rapid fiecare din ei s-a identificat cu un rol masculin în familia jucată pe scenă, rol pe care l-a păstrat până în finalul psihodramei și pe care l-a jucat cu pasiune. Interesant este că jobenul este remarcat și disputat asiduu, pe tot parcursul psihodramei, de lumea masculină în timp ce jumătatea feminină a familiei este interesată de cu totul alt tip de obiecte și complet dezinteresată de intrigile din jurul jobenului. Această observație ne-a făcut să ne gândim că jobenul este perceput ca un simbol încărcat cu semnificații ale universului psihologic masculin.

În „Dicționarul de simboluri”, pălăria, respectiv jobenul, sunt purtătoarele a trei categorii de semnificații simbolice:

- „rolul pălăriei corespunde celui al coroanei, semn de putere, de suveranitate - capul acoperit este semn al prerogativelor și superiorității”;
- „simbol de identificare”;
- „a purta o pălărie înseamnă a-ți asuma o răspundere chiar pentru o faptă pe care nu ai comis-o.”

Activarea unei structuri imaginar-simbolice (ex: pălăria) în cadrul psihodramei este un fapt curent datorită mobilizării resurselor inconștientului participanților. Cazul de față ne pune în fața problematicei Eului masculin ținută în jurul a două valori tradițional masculine: puterea și responsabilitatea. Cei trei băieți dau naștere în universul securizant al imaginarii psihodramatic conflictelor legate de propria identitate psihosexuală, dificultăților de identificare cu un model de sex-rol, dar și comportamentelor bărbaților reali din viața lor.

Pentru concretizarea ipotezei noastre am aflat ce reprezintă jobenul pentru fiecare dintre cei trei băieți.

Tatăl: „Îmi folosește la muncă.”

Terapeut: „Ce muncești?”

Tatăl: „Sunt circar. Îi fac pe alții să râdă.”

Terapeut: „Să râdă... De ce să râdă?”

Tatăl: „De mine, nu...?”

Terapeutul: „Cum e pentru tine când alții râd de tine?”

Tatăl: „Cum să fie... E bine.”

Pentru „tată” jobenul este asociat cu responsabilitatea, munca fiind activitatea adultului responsabil pentru viața sa și a altor persoane. Transpare în dramatizarea „tatălui” concepția patriarhală conform căreia bărbatul prin munca sa „ține” familia și este responsabil pentru bunăstarea ei. Munca de circar sugerează o combinație de joc și muncă dar și o posibilă devalorizare a activității tatălui. Din anamneză rezultă că tatăl Alinei, deși muncește foarte mult și nu are timp pentru Alina, este permanent criticat de soție - personalitate dominatoare și hiperactivă. În reprezentarea dramatică a Alinei se remarcă amestecul de responsabilitate și neseriozitate, magistral condensate în simbolul jobenului ca instrument al muncii. Pe parcursul psihodramei, Alina își dorește foarte mult rolul de tată, dar se comportă nesigur și instabil în acest rol.

Fiul: „Eu sunt magician și-mi trebuie jobenul ca să fac magii. Să scot iepuri și păsărele din joben. Să-i păcălesc pe copii.”

Terapeut: „Îți place să păcălești?”

Fiul: „Oho... Sigur.”

Terapeut: „Și reușești?”

Fiul: „Da. Întotdeauna.”

Terapeut: „Pe cine ai păcălit ultima dată?”

Fiul: „Nu spun...”

Pentru fiu, jobenul este investit cu virtuți magice, puterea lui fiind una subtilă ce ține de dibăcia și istețimea celui care, prin iluzie, îi trage pe sfoară pe alții. Pentru fiu realitatea pare a fi „Cine are jobenul poate să-i ducă pe ceilalți cum vrea el”, puterea jobenului fiind cea a manipulării și seducției inteligente. Este exact strategia lui Iustin care face literalmente slalom printre restricțiile mamei și bunicii pentru a obține tot ce vrea. În absența tatălui, pentru Iustin conștiința limitelor a fost înlocuită cu nelimitarea manipulărilor și a șantajului afectiv.

**Bunicul:** „Eu sunt cel mai mare, cel mai în vârstă. Eu trebuie să am jobenul.”

Jobenul reprezintă pentru bunic un însemn al demnității și autorității conferite de vârstă.

Cum acționează cei trei băieți pentru rezolvarea disputei și care va fi soarta jobenului pe parcursul desfășurării psihodramei?

Jobenul rămâne la tată pentru că „el e tatăl”. Bunicul se mulțumește cu toiagul, iar fiul cu bățul-baghetă. Toiagul și bățul sunt grupate sub aceeași cupolă de semnificații simbolice care dezvăluie psihologia puterii, a controlului și dominării - valori asociate în mod tradițional autorității paterne. Ambii copii intră în contact compensator cu resursele masculine inconștiente ale psihismului lor, cu rol structurant pentru identitatea de sex-rol. Absența fizică a tatălui stimulează activarea polului masculin al propriei personalități, cu atât mai mult cu cât băieții se află la începutul drumului conturării propriei identități psihosexuale.

În timp ce T. se integrează în scenariul psihodramatic jucând rolul de bunic sprijinit de toiag, Iustin-fiul nu renunță la revendicarea jobenului solicitându-l cu insistență și încercând prin toate mijloacele să-l convingă pe „tată” să i-l cedeze. Valențele psihodiagnostice ale tehnicii psihodramatice sunt încă o dată reliefate: în timp ce în viața lui T. există bunicul care substituie rolul figurii paterne, Iustin trăiește într-un univers eminent feminin împreună cu mama și bunica, el fiind unicul „bărbat al casei” (mama). Putem presupune că din punct de vedere analitic, Iustin manifestă o constelare activă a complexului lui Oedip, pretinzând exclusivitatea poziției de autoritate în familie. Mama lui Iustin se plânge de faptul că Iustin „face doar ce vrea el și nu ascultă de nimeni”, fiind evidentă lipsa interiorizării limitelor și a relației cu autoritatea. Din punct de vedere psihologic, existența unei figuri masculine substitutive pentru tatăl psihologic sau fizic absent are efecte benefice în planul structurării identității băiatului comparativ cu situația în care acesta trăiește în familia monoparentală alcătuită doar din persoane de sex feminin.

Posibilele dezvoltări deviante în acest din urmă caz sunt copilul și adolescentul rebel, și chiar delinquent, care nu reușește să accepte limitările impuse de interacțiunile sociale, eșuând în planul integrării socioprofesionale. De asemenea, inconsistența și neclaritatea identității psihosexuale pot crea dificultăți în planul relațiilor heterosexuale, orientarea homosexuală nefiind exclusă.

În cele din urmă, Iustin obține jobenul, tatăl Andrei explicând gestul său bunicului T. revoltat de cedarea lui „Nu vreau să i-l dau dar ce să fac dacă nu scap de el?”. În acest moment al psihodramei, Andrei pune în scenă **două strategii din propria familie**. Prima: tatăl suprasolicitat de mama excesiv de ambițioasă și dominatoare, s-a deprins cu soluția umilitoare (vezi opțiunea pentru munca de circar a lui Andrei), dar comodă, a cedării în fața pretențiilor soției. Așa cum propriul tată demisionează din rolul conjugal și parental, tot așa Andrei iese din rol, cedând jobenul - însemnul recunoscut al puterii, fiului. Lipsa de asumare și conștientizare a responsabilității asociate cu puterea sunt coordonatele pe care Andrei le ia în calcul în formarea propriei identități. Este posibil ca în viața de adult, Andrei să repete modelul patern devenind el însuși un soț și un tată ineficient, cu disponibilități limitate de asumare a responsabilității acestor roluri.

A doua situație reproducă de Andrei în psihodrama experimentală este modul de rezolvare a propriilor solicitări în cadrul familiei: părinții excesiv de ocupați cu serviciul îi îndeplinesc copilului orice cerere materială cu condiția „să scape de el”, să nu fie deranjați. Psihodiagnoza proiectivă a relevat nevoia de afecțiune și comunicare a lui Andrei, neglijat de părinții lui veșnic fără timp și disponibilitate pentru stabilirea unei relații autentice cu copilul. Consecințele acestui stil parental sunt, pentru Andrei, diminuarea asertivității, slabe capacități de relaționare și integrare cu ceilalți copii, reduse disponibilități de autoexprimare în ciuda acutei nevoi de afiliere și comunicare. Andrei este un elev perfecționist, cum sunt și părinții lui, dar însingurat și trist.

Bunicul T. restabilește ordinea în familie punând jobenul pe capul tatălui și simulând pedepsirea fizică a copilului.

Scenariul psihodramatic permite conturarea profilelor fiilor crescuți în absența unui model masculin eficient datorită absenței fizice sau psihologice a tatălui.

Iustin, educat de bunică și mamă, aflate în dese dispute legate de exercitarea autorității și formularea exigențelor referitoare la comportamentul copilului, adoptă o conduită accentuat nonconformistă, manipulativă, ocolind prin revoltă deschisă sau prin istețime restricțiile și standardele inconstant impuse de adulți. Iustin este reprezentativ pentru copilul monoparental care în absența unei autorități constant și coerent exercitate trăiește o stare de confuzie, dezorientare, în legătură cu limitele între care poate să se miște, cu ceea ce este

sau nu permis, și, în final, cu ceea ce este el însuși. Regulile nu au doar rolul de a constrânge și pedepsi prin aplicarea lor ci și pe acela de a defini și structura, de a propune un model coerent de conduită. În absența acestuia, copilul (Iustin) trăiește o stare de intensă incertitudine care duce la acumularea frustrării și anxietății manifestate într-un comportament exploziv, agresiv, antisocial. Iustin nu este rebel pur și simplu, ci exprimă uriașa nevoie de autoritate și limitare adresată lumii adulte. Revolta lui este un mesaj pentru inconsistența stilului educativ care i se propune.

Deși tatăl lui Tudor a plecat când el era foarte mic, bunicul acționează în familie ca un substitut al tatălui, oferind copilului acea securitate și îndrumare de care are nevoie. Bunicul este suprainvestit atât de Tudor cât și de mama sa devenind personajul central al familiei, o autoritate infailibilă la care se raportează membrii familiei. Bunicul este bărbatul casei, după cum îl definește M., un fel de axă a căminului, inconștient substituind fie tatăl pentru T., fie soțul plecat pentru M. Tudor percepe aura deosebită conferită bunicului ca pe un dat incontestabil față de care nu poate decât să se supună cu respect devenind astfel un copil supraadaptat care, spre deosebire de ceilalți copii explică comportamentele colegilor, oferă pilde morale și acționează ca un personaj matur, responsabil, care rezolvă conflictele grupului. Identificarea cu bunicul umple golul de autoritate lăsat de tată, dar predispune la un proces de maturizare precoce pe seama resurselor creative ale personalității.

Intervenția psihoterapeutică realizată în acest context psihodramatic a vizat trei direcții:

- conștientizarea tipului de strategie folosit pentru a rezolva diferite situații familiale;
- explorarea unor atitudini și comportamente alternative celor învățate în mediul familial de proveniență;
- performarea unor noi comportamente mai adaptate și sanogene.

Modalitatea concretă în care am realizat aceste obiective a fost tehnica alter-ego-ului, a oglinzii (dublului) și a scaunului gol, toate în context psihodramatic. Implicarea spectatorilor care, rând pe rând, au devenit ei înșiși actori a reprezentat o resursă importantă a procesului de analiză terapeutică.

Redăm în continuare un fragment din remodelarea (reinventarea) unui mod de relaționare mai adaptată în cazurile lui Andrei și Iustin.

**Obiectivele** intervenției psihoterapeutice în cazul lui Andrei au avut în vedere stimularea unei atitudini asertive, ofensive, antrenarea capacității de asumare a responsabilității și de a lua decizii, iar în cazul lui Iustin, exersarea deprinderii de a se supune autorității și a capacității de a se comporta adaptat în interiorul unor restricții exterioare.

*Intervenția psihoterapeutică a avut loc în mai multe etape:*

1. Exprimarea feedback-ului spectatorilor: „Cum s-au comportat personajele?”

Aproape toți spectatorii au remarcat incapacitatea tatălui de a face față pretențiilor copilului, fuga din situație și insistențele copilului de a i se da ceea ce dorește.

2. Solicitarea unor alternative: „Ce ar fi putut să facă tatăl/fiul? Cum altfel ar fi putut să se comporte?”

Alternativele oferite de spectatori pentru comportamentul tatălui au fost: „frecuția să-l bată”, „să îl pedepsească”, „să țipe la el”, „să-i spună o dată și bine că jobenul nu e pentru copii”. Este evidentă experiența cvasicomună pe care o dețin copiii în legătură cu mijloacele de disciplinare folosite de părinți, doar două fete reușind să își impună autoritatea fără a recurge la violență fizică sau verbală. Această constatare vorbește de la sine despre criza de autoritate reală a părinților în fața copiilor și despre nevoia unui proiect de tip: „Școala părinților”, cu atât mai mult cu cât părinții înșiși își mărturisesc nesiguranța și neliniștea în legătură cu educarea copiilor. Se pare că se manifestă o criză a mijloacelor și a limitelor acceptate de disciplinare a copiilor - posibil simptom al crizei prin care trece familia ca instituție.

3. Montarea psihodramatică a „soluțiilor” spectatorilor.

Am ales pentru montare varianta care implica o atitudine fermă, dar lipsită de violență. Alter-ego-ul lui Andrei a adoptat noul comportament reluat și exersat apoi de Andrei.

4. Analiză „Ce s-a întâmplat acum?”

Modificarea cea mai importantă în noua situație psihodramatică a fost adoptarea unui comportament mult mai socializat și adaptat din partea fiului-Iustin care renunță la insistențele pentru obținerea jobenului, reușind să se integreze în scenariul psihodramatic, devenind din copilul-problemă personajul cel mai creativ al familiei. Comportamentul rebel al lui Iustin ascunde de fapt o uriașă nevoie de autoritate exercitată constant și ferm, care nu a existat în familia lui. În situația impunerii unor limite securizante comportamentul lui distructiv se transformă în resursa creativă a întregului grup. Stilul parental a fost în consecință orientat spre precizarea unor limite și distribuirea unor responsabilități.

Andrei a descoperit că poate să fie ferm și chiar agresiv, reușind să se simtă bine în rolul tatălui. Lucrul cu vocea și corpul a fost util în acest sens.

O altă montare psihodramatică a vizat activarea polului feminin al familiei, în special a rolului mamei. Spectatorii au remarcat pasivitatea persoanei care interpreta rolul mamei și au propus o alternativă mai implicată, mai dinamică a acesteia.

Demersul intervenției psihodramatice a urmat aceleași etape ca și în primul caz, implicarea mamei în situația familială asigurând suportul emoțional al intervenției tatălui care este astfel mai bine acceptată de copil.

#### **Transpunerea dramatică a unei situații din propria familie**

Obiectivele unui astfel de experiment psihodramatic vizează aducerea la suprafață a unor conflicte din familia de apartenență, exprimarea într-un mediu securizant a trăirilor asociate situației familiale respective, conștientizarea beneficiilor și dezavantajelor unei anumite atitudini, identificarea unor alternative atitudinal-comportamentale și remodelarea situației: copiii reușesc să înțeleagă mai bine comportamentul părinților, învață noi moduri de răspuns la anumite solicitări. În general, copilul se simte dependent de părinți și ca atare trăiește o stare de neputință și frică ori de câte ori părintele refuză, interzice sau pedepsește.

Toate aceste comportamente sunt percepute de către copil ca incontroleabile, iraționale, de neînțeles, fundamental nedrepte. Prin interpretarea rolului părintelui în situații psihodramatice acesta devine accesibil și nu mai este perceput ca o instanță atotputernică și arbitrară care împarte binele și răul, modul de reacție al părintelui devenind **inteligibil** chiar și pentru copil. Tudor re trăiește prin jocul psihodramatic o situație conflictuală care, apreciată chiar și numai după dorința acută de a o readuce în atenție, dovedește că a contat foarte mult pentru el. Cu ajutorul colegilor, Tudor dă naștere disputei dintre el și bunic în timpul unei partide de șah. Ceea ce l-a impresionat pe Tudor a fost atitudinea mamei în acea controversă, ceea ce l-a determinat, ca în calitate de regizor al scenei, să-i solicite pe actori să joace de 4-5 ori momentul intervenției mamei care îi dă necondiționat dreptate fiului și curmă protestele bunicului. Analiza scenei respective trece de la declararea plăcerii de a i se da dreptate la conștientizarea a ceea ce l-a impresionat cu adevărat pe Tudor: sprijinul total, ferm și nesolicitat al mamei. Nu atât faptul că i-a dat dreptate îl impresionează pe Tudor (chiar îi pare rău că l-a contrazis pe bunic după cum precizează într-un moment ulterior), ci caracterul neșteptat și necondiționat al sprijinului mamei. Mama (M.) este extrem de exigentă cu fiul ei și zgârcită în ceea ce privește disponibilitatea față de nevoile lui. De aceea pentru Tudor scena constituie o resursă importantă pentru că a înțeles că poate conta pe susținerea mamei chiar fără să o ceară, o dovadă a faptului că este acceptat și valorizat. În urma rejucării situației, Tudor și-a dat seama că, deși nu arată prea des, mama îl aprobă și îi respectă părerile și chiar dacă nu își exprimă prea des sprijinul, el poate conta pe ea.

Efectul acestei montări psihodramatice a dus la sporirea încrederii în mamă și la acceptarea unor comportamente care în mod obișnuit erau percepute ca respingere.

Oana pune în scenă o situație în care disputa dintre ea și bunică în legătură cu vizionarea unui program TV este rezolvată de intervenția mamei care dă inițial dreptate bunicii dar, după ce O. se duce plângând în camera ei, îi dă dreptate Oanei. Analiza Oanei arată că satisfacția ei provine din faptul că a reușit să obțină ceea ce vrea (copilul care manipulează cu succes, profitând de inconsecvența stilului parental). Propunerea de a schimba rolul cu bunica pentru a experimenta ce trăiește bunica în urma deciziei mamei, o face pe Oana să își dea seama că oricând se poate afla în situația bunicii și că nu prea poate conta pe deciziile mamei, iar manipulările se pot întoarce împotriva ei.

#### **IV.3.2. Dileme ale relației copilului monoparental cu părinții**

Contextul care a permis conturarea specificului relației stabilite între copilul monoparental și părinți a fost exercițiul „Familia reală, familia visată” - o variantă mai complexă a testului familiei.

În prima parte a exercițiului copiii modelează în plastilină familia lor actuală (reală) și apoi prin intermediul personajelor modelate fiecare prezintă grupului membrii familiei lor, spunând două-trei cuvinte despre aceștia.

În a doua parte a exercițiului copiii desenează cu ajutorul creioanelor colorate familia dorită, visată, urmând ca apoi pe baza imaginilor să creeze o poveste din care să reiasă care sunt membrii familiei ideale, ce fac ei, care sunt dorințele lor, cum comunică unii cu alții, etc.

În timpul modelării familiei s-a înfiripat spontan, între copii, următorul dialog:

**G:** „Tudor, tu de ce nu-l desenezi pe tatăl tău?” (*deși G. are de curând tată vitreg, preocuparea față de figura paternă persistă, ceea ce sugerează o relație problematică cu tatăl actual.*)

**Tudor:** „Eu n-am tată. Sunt doar eu cu mama. Dar am cinci bunici.” (*din interviul cu mama reiese suprainvestirea bunicului ca substitut pentru tatăl absent ceea ce sugerează o relație problematică cu tatăl actual.*)

**G:** „Nici eu n-am avut tată. Dar acum am.” (*evocarea unei experiențe similare are rolul de suport afectiv care crește intimitatea emoțională între membrii grupului.*)

**Tu:** (*neîncrezător*) „Tată vitreg!”

**I:** (*foarte convins*) „Decât așa, mai bine fără tată!” (*iese la iveală opoziția copilului crescut de mamă față de un nou tată.*)

După ce a terminat de lucrat, Tudor le arată celorlalți copii familia modelată, repetând: „Eu n-am tată. Sunt doar eu și mama. E bine!” (*Tu. conștientizează și exprimă în cadrul grupului situația sa de copil monoparental ceea ce este un indicator al disponibilității de a lucra în grup datorită*



securității afective oferite de acesta. Încă din acest moment se poate observa coaliția puternică existentă între fiu și mamă, care se va transforma în rezistență în lucrul terapeutic.)

Dialogul care a avut loc în timpul lucrului dovedește că grupul de copii are o bună coeziune și omogenitate care îi conferă forță terapeutică. În cadrul acestui grup, copiii manifestă atât capacități ridicate de rezonanță emoțională și empatie cât și disponibilitatea de a primi sprijin afectiv. Exprimarea deschisă a problemelor familiale dovedește faptul că grupul este un mediu securizant, cald, în interiorul căruia copiii pot să își afirme liber nevoile și frustrările.

În timpul desenării familiei dorite, Tudor își înfățișează familia ideală identică cu cea reală, ca număr de membrii și relații, deși instructajul terapeutului a accentuat exact faptul că în acest desen fiecare copil va desena familia pe care și-o dorește, care poate să fie complet diferită de familia reală. La încurajările terapeutului de a reprezenta familia pe care și-o dorește cel mai mult chiar dacă ea nu este reală, Tudor răspunde tranșant: „Cea mai bună familie e familia ta. Nu trebuie să îți dorești altă familie.”

**Terapeutul:** „Familia ta, desigur. Familia ta pe care ți-o dorești tu.”

**Tudor:** „Asta e tot ce-mi doresc. Nu vreau altceva.” (continuă să coloreze nervos). După un timp se oprește și desenează un câine și o pisică, arătând terapeutului noua familie. (Tu, trăiește un blocaj emoțional din cauza fricii de a pierde dragostea mamei în momentul în care și-ar dori altă familie. Coloratul nervos este indiciul corporal al anxietății trăite. Tendința de a se închide într-o coaliție strânsă cu mama, excluzând atât potențialii intruși cât și propriile nevoi și dorințe, este evidentă. În cele din urmă Tu. adaugă familiei dorite doi membri noi: pisica și câinele - realizând astfel un compromis între intenția de a reprimă și consemnul terapeutului.)

Pe baza desenului familiei, fiecare copil și-a prezentat familia în cadrul grupului. Redăm în continuare fragmente relevante din dialogul care s-a desfășurat:

**Tudor:** (prezentându-și familia) „Aici sunt eu și mama.”

**Terapeutul:** „Ce faci tu acolo cu mama?”

**Tu:** „Mama mă duce mereu în parc. Nu prea are bani, dar tot îmi cumpără ceva.”

**T:** „Cine e cel mai fericit în familia aceasta?”

**Tu:** „Eu, pentru că mă dau tumba în nisip.”

**T:** „E o familie fericită?”

**Tu:** „Da, e o familie fericită.”

**T:** „Îi lipsește ceva?”

**Tu:** „Îi lipsește tatăl.” (exprimă explicit nevoia unui tată deși în desen nu-l reprezintă, iar înainte negase această nevoie.)

**T:** „Îi lipsește tatăl...”

**Tu:** „Îmi doresc un tată. Vreau un tată bun.”

**T:** „Un tată bun... Adică...”

**Tu:** „Un tată care să se poarte bine, să-i dea bani mamei, să nu se certe și să nu mai divorțeze. (construiește mental figura paternă cu atributele asociate acesteia. Precizăm că Tu. a asistat la certurile frecvente dintre părinți înainte de divorțul acestora) (După o pauză): Dar dacă nu am, ce să fac? Rămân cu mama.”

**T:** „Și cum e dacă rămâi cu mama?”

**Tu:** „E bine, cum să fie? E bine.” (manifestă rezistență)

**T:** „Mai este cineva în grup ca Tudor?” (încurajarea împărtășirii unor experiențe emoționale comune crește intimitatea dintre membrii grupului care stimulează depășirea rezistențelor și explorărilor ulterioare.)

**Iustin:** „Eu! Pentru mine e rău!”

**T:** „Rău, adică...”

**I:** „Îmi lipsește tata.”

**T:** „Dacă ai avea un tată cum ar fi?”

**I:** „M-aș bucura și mama și eu.”

**T:** „Cum îți dorești să fie tatăl tău?”

**I:** „Să se poarte bine cu mine, să nu mă certe și să nu mă bată.”

**T:** „Și acum, fără tată, cum te descurci?”

**I:** „Bine.”

**T:** „Bine, adică...”

**I:** „Bine și atât.” (întoarce capul)

**Gina:** „Și eu mă descurcam. Dar acum am un tată nou. Aș vrea să am un tată pe care să-l strig „tată”.”

**T:** „Dar pe noul tată cum îl strigi?”

**G:** „Îl strig pe nume.”

**Tu:** (intervine nerăbdător) „E tatăl ei vitreg! E al doilea tată!”

**T:** „Ce simți tu când îl strigi pe nume?”

**G:** „O lipsă. Nu prea sunt fericită. Mă ceartă...”

(G. nu-și acceptă noul tată ceea ce îi creează senzația de lipsă: deși tatăl este prezent fizic, el este în continuare absent emoțional.)

**T:** „Cum ți-ai dori să fie el ca să fii fericită?”

**G:** „Să fie alături de mine și să îmi ia ce îmi doresc.” (nevoia de suport emoțional din partea tatălui dovedește fragilitatea contactului cu noul tată.)

**T:** „În familia ta cine este cel mai puțin fericit?”

**G:** „Eu, pentru că părinții trebuie să fie fericiți.” (G. se simte sacrificată în noua familie prin faptul că mama și-a ales un nou partener cu care este fericită. Ea îl percepe pe acesta ca pe un intrus care pune în pericol relația ei cu mama: dintr-o dată G. nu mai este centrul de interes al mamei și devine astfel ostilă față de noul tată.)



Aplicat inițial în scop psihodiagnostic, testul familiei și-a dovedit valențele psihoterapeutice, polarizând dialogul în jurul dificultăților întâmpinate în relația cu tatăl trăite mai ales de copiii crescuți numai de mamă.

Copilul crescut numai de mamă trăiește o stare de ambivalență legată de figura paternă: pe de o parte, resimte lipsa tatălui și își dorește un tată pe care îl construiește imaginar, mental, iar pe de altă parte, evită exprimarea acestei nevoi și a frustrării provocate de neîmplinirea acesteia. Originea acestei ambivalențe rezidă în teama de a nu pierde acceptarea mamei care reprezintă unicul punct de sprijin după plecarea tatălui. Frica de a nu o pierde și pe mamă îl face pe copil să își nege nevoile firești și să se resemneze cu ceea ce are. Semnificative în acest sens sunt cuvintele lui Tu: „Cea mai bună familie e familia ta. Nu trebuie să îți dorești altceva”, cuvinte care, dincolo de contaminarea lor cu opiniile mamei, sunt o încercare disperată de a se convinge pe sine de necesitatea acceptării unei situații frustrante.

Aceeași teamă îl determină pe copil să se atașeze puternic de mamă și să formeze cu aceasta o adevărată coaliție greu de zdruncinat care se constituie în rezistență terapeutică. Copilul se comportă ostil și neîncrezător față de toți potențialii înlocuitori ai tatălui, iar atunci când substituția are loc în fapt (cazul lui G.) raportul emoțional cu tatăl rămâne sărac și rece. Părintele vitreg trebuie să facă față ostilității și respingerii din partea copilului ceea ce îi creează dificultăți în adoptarea rolului de părinte. Mai ales băieții tind să devină foarte atașați de mamă („doar eu și mama”, repetă Tudor) simțindu-se chiar responsabil pentru fericirea ei („mama să fie fericită” spune Iustin, „eu și mama suntem fericiți” afirmă Tu.).

În același timp copiii crescuți doar de mamă tind să își pună mult mai des probleme legate de comportamentul lor, preluând temerile mamei privitoare la corectitudinea conduitei care aproape niciodată nu este pe măsura așteptărilor ei. „Să fiu cuminte” repetă Iustin de câte ori este întrebat ce crede el că o face fericită pe mamă sau ce și-ar dori tatăl de la el. Lipsa unor norme explicite de conduită, în mod normal impuse și gestionate de tată, declanșează aproape o obsesie legată de cum ar trebui să se poarte copilul și cum ar trebui să se poarte mama cu el. În grupul de întâlnire cu părinții au ieșit la iveală dificultățile întâmpinate de mamele singure cu privire la modalitățile de a-și disciplina copilul, ele trăind mereu sentimentul apăsător al ineficienței „metodelor” lor de educație și cerând explicit sfaturi și rețete despre cum să își „strunească” mai bine copiii.

Dialogul cu Gabi, mamă divorțată care îl crește pe Iustin împreună cu bunica, întregeste perspectiva, de data aceasta din punctul de vedere al părintelui, asupra relației dintre copilul din familii monoparentale și mamă.

**Gabi:** „Eu stau cu mama și cu Iustin. Iustin pleacă la școală, se întoarce de la școală, se spală, mănâncă, își face lecțiile, se odihnește... Și... suntem cu

mama, mama îi ia partea, eu îl mai cert, îl mai bat. (După o scurtă introducere însoțită de o puternică emoție, ce poate fi ușor sesizată, problemele stringente, fundamentale ale acestei familii monoparentale, așa cum apar ele în viziunea mamei, încep să se facă auzite.) Nu vreau să-l las. Îi fac plăcerile în limita disponibilităților și nu știu... vreau să-l formez așa să nu ... nu știu... mi-e teamă că dacă nu am soț să nu ajungă vagabond.”

**T:** „Ce vă face să vă gândiți la asta?”

**G:** „Dacă nu l-aș controla... și nu știu... anturajul de afară, de la joacă...”

**T:** „Dacă ar exista un soț și un tată pentru Iustin, ar fi mai puțin probabil să ajungă un vagabond?”

**G:** „Nu. Adică nu cred că ar trebui să am un soț pentru ca Iustin să nu ajungă un vagabond, dar cred că dacă ar fi un bărbat lângă mine m-aș simți mai bine... Dar oricum îl controlez mai mult, de fapt el e mai energic. Eu îi spun: „Iustin, nu mai alerga că ne aud vecinii!”, „Iustin, nu mai strica pistolul!”...”

(I. este într-adevăr un copil foarte energic, temperamental vorbind, ceea ce o determină pe mamă să-și facă foarte multe griji pentru el, la toate acestea adăugându-se și statutul social al G., mamă divorțată, ce se simte vulnerabilă, nesigură în exercitarea rolului de părinte. Acest lucru aduce după sine un comportament compensator, concretizat în emiterea unor cerințe hiperrestrictive (exagerat de restrictive) pentru copil, care sunt în dezacord cu tendința naturală a acestuia, ceea ce duce evident la comportamente maladaptive.

Pentru ca G. să poată conștientiza adevăratul efect al strategiei sale adaptative, terapeutul propune ca tehnică jocul de rol.)

**Terapeutul:** „Ești Iustin! (către Simona care îl reprezintă în „fotografia de familie” pe Iustin) Gabi te rog să-i spui lui Iustin toate acestea!”

**G:** „Iustin ți-am spus să nu mai strici pistolul! Ți-am spus să nu te mai joci cu stiloul că dai cerneală pe covor!...”

**T:** „Ce simte Iustin în acest moment?”

**I:** „Aș vrea să nu mă mai bată la cap.”

**T:** „Mamă, nu mă mai bate la cap!”

Terapeutul se adresează în continuare persoanei care joacă rolul copilului, accentuând cerința mamei, pentru a-l ajuta pe acesta să „trăiască” rolul și să poată oferi mamei un răspuns adecvat, care să exprime modul de gândire și simțire al copilului la cerințele restrictive, impuse de nenumărate ori de aceasta.

**T:** „Iustin, ți-am spus să fii cuminte! Ți-am spus să fii cuminte!”... „Ce faci acum, Iustin?”

**I:** „Păi... fac în continuare ce vreau.”

I: „A! În continuare fac ce vreau!... Oare ce-l face pe Iustin să facă în continuare același lucru? „Iustin ți-am spus să fii cuminte! Ți-am spus să nu mai faci asta!” ”

I: „Lasă-mă afară!”

T: „Lasă-mă afară!” „Oare ce te face pe tine Iustin să faci exact contrariul celor puse de mama?”

I: „N-am cu cine să mă joc!”

T: „Și pentru că nu am cu cine să mă joc...”

I: „O enervez pe mama într-atât încât ea cedează și până la urmă îmi spune: Hai, du-te afară!”

T: „Așa se întâmplă?”

*(Mama râde și confirmă utilizând limbajul nonverbal.)*

I: *(zâmbește cu îngăduință)* „Așa se întâmplă. Să înțeleg că Iustin are nevoie de o persoană cu care să se joace?”

G: „Da! Are! Mă rog, mă joc și eu cu el câteodată...”

T: „Câteodată!”

G: „Mă joc și eu câteodată, când am timp.”

T: „Când am timp! Normal!” *(zâmbește, înțelege situația)*

G: „Când n-am timp, nu mă joc. Dar... majoritatea timpului stă cu mama acasă. *(Începe să se contureze mai pregnant rivalitatea ce există între jlică - ca mamă a copilului și mama acesteia - bunica lui I. Între cele două se dispută lupta pentru câștigarea afecțiunii și recunoașterea autorității parentale. Mama este „geloasă” pe bunica care își răsfășă nepotul și care își exprimă nestingherit sentimentele, satisfăcându-și astfel instinctele materne, în timp ce ea, se simte obligată să-și asume rolul unei persoane mai dure, persoana care impune reguli și cere ca acestea să fie respectate, preluând practic rolul tatălui, și reprimându-și de multe ori impulsurile materne, fapt care, după cum se va vedea în dialogul ce urmează, nu-i creează o stare de confort. Se conturează așadar un al doilea conflict pentru mamă, de data aceasta intrapsihic, între necesitatea instinctuală, de a-și îndeplini menirea de femeie, de mamă și asumarea unui rol specific sexului opus, impusă de situația externă.)* Se joacă cu el de toate, se uită împreună la telenovele...”

T: *(adresându-se persoanei din grup care în fotografia familiei construită de G. are rolul de bunică)* „Bunico, te joci cu Iustin de toate. Te uiți și la telenovele...”

G: *(mama care încearcă parcă să-și găsească o scuză și să-și ofere în același timp o explicație care să-i reducă tensiunea generată de conflictul intrapsihic)* „Și nu vă spun că-i face toate poftele. Și eu i le fac dar nu așa cum vrea el imediat.”

T: „Înțeleg. Dacă ar fi să arătăm acum, în fotografie, cum ar sta bunica în raport cu Iustin?”

G: „Foarte aproape!”

*Terapeutul îi cere G. să modifice fotografia de familie în așa fel încât să illustreze mai bine legătura dintre bunică și nepot. I. este așezat de către mamă în brațele bunicii ilustrând astfel puternica apropiere dintre cei doi.*

T: „Foarte bine! *(validează acțiunile clienței sale fiind astfel suportiv)* Și acum, care este locul tău în fotografie?”

G: *(Se așază lângă cei doi, la o oarecare distanță de bunica, ținându-l de mână pe Iustin)*

T: „Așadar Iustin stă în brațe la bunica. Ce simți mamă? Uită-te bine mamă, la Iustin și la bunica și vezi ce simți acum, când tu de-abia îl apuci pe Iustin de mână în timp ce bunica îl are cu totul, îl ține în brațe?”

*(Terapeutul ajută clienta să conștientizeze care sunt sentimentele sale față de copil și față de mama sa, generate de relațiile interpersonale din cadrul sistemul familial din care face parte.)*

G: „Simt că o iubește mai mult.”

T: „Și atunci când Iustin o iubește mai mult pe bunica, cum mă simt eu ca mamă?”

G: „Mă simt...părăsită!”

T: „Părăsită!”

G: „Da! Mă simt păărăsită! Simt că o iubește mai mult! Poate unde-i face toate plăcerile, poate unde stă mai mult cu el...”

T: „Și atunci când pe bunica, pe mama mea, o iubește mai mult pentru că îi face toate plăcerile, eu mă simt păărăsită, și ce fac?”

G: „Îl întreb dacă doarme cu mine...*(râde)*, dacă vrea să se joace cu mine...”

T: „Ce încerc practic să fac?”

G: „Să-l atrag spre mine.”

T: „Și reușiți?”

G: „Da!”

*Terapeutul sugerează G. să îl așeze pe I. mai lângă ea.*

T: „Când Iustin stă lângă mine, eu mă simt...”

G: „Mă simt bine!”

T: „Ce gândesc eu acum?”

G: „Mă gândesc că este mai bine să stea cu mine decât cu ea.”

T: „Bunico, tu ce simți acum când Iustin stă lângă mama și nu mai e lângă tine?”

B: „Mă simt singură și încerc să-l atrag pe Iustin de partea mea.”

T: *(provocativ)* „Încearcă să-l atragi de partea ta!”

*Copilul pendulează așadar când înspre mama, când înspre bunica, cele două disputându-și astfel rivalitatea! Terapeutul sugerează persoanei care joacă rolul lui I. să se balanseze ușor pe scaun când înspre „mama”, când înspre „bunica” și să verbalizeze ceea ce simte.*

I: „Mă plimb ca o minge!”

T: „Cum e Iustin să te plimbi ca o minge?”

I: „Profit când de unul când de altul!”

*Terapeutul îi sugerează să continue balansul.*

T: „Cum e să te miști?”

I: „E bine!”

T: „Atunci, mișcă-te în continuare: când la bunica, când la mama!” *(Iustin continuă mișcarea dar la un moment dat se oprește.)*

T: „Observ că te-ai oprit. Ce te-a făcut să te oprești?”

I: „Te plictisești la un moment dat!”

T: „Și atunci când te plictisești...”

I: „Fac ce vreau eu!”

T: *(reformulează oferind mamei prilejul să reflecteze asupra comportamentului copilului său)* „Mă plictisesc să fiu minge, și atunci ce fac? Fac ce vreau eu!”

I: „Da!”

T: „De cine ascuți tu de fapt?”

I: „De mine!”

T: „Și ce crezi tu despre mama care tot încearcă să te atragă spre dumneaei atunci când ești la bunica?”

I: „Că nu vrea să mă piardă așa cum l-a pierdut pe tata.”

T: „Și despre bunica ce crezi?”

I: „Încearcă să-mi satisfacă toate poftele, poate că se gândește că chiar dacă tata nu este acasă, nu trebuie să-mi lipsească nimic. Încearcă să-mi fie și mamă și tată.”

T: „Vrea să-mi satisfacă toate poftele că practic nu e tata acasă!”

*Este adusă în discuție absența tatălui, ca posibilă cauză a comportamentului copilului. Disputa dintre mamă și bunică pentru câștigarea poziției privilegiate în raport cu copilul, cu antrenarea întregului cortegiu de sentimente polare, accentuează dezechilibrul existent și așa în cadrul unei familii monoparentale în care lipsa elementului masculin se face puternic simțită și aceasta cu atât mai mult cu cât copilul dispune de o energie înăscută inepuizabilă.*

G: „Nu! În general îi satisface toate poftele, în toate perioadele.”

T: „Deci îl iubește mult bunica pe Iustin.”

G: „Da! Îi satisface toate poftele! Și eu îl răsfăț, dar pe mine mă știe și de frică. Dacă nu-i pot satisface o dorință nu-mi reproșează, dar cred că ei i-ar reproșa. Ei îi este frică că lui Iustin n-o să-i fie bine...”

T: „Deci bunica îl atrage pe Iustin, îi satisface toate poftele, pentru că ea dorește de fapt...”

G: „Să fie sigură că Iustin este bine. Am mers cu Iustin la țară și a venit după noi să se asigure că îi este bine copilului meu.”

T: „Și ce gândești tu, mamă despre bunica care vine la țară să se asigure că copilul este bine deși el se află acolo cu mama lui?”

G: „Nu are încredere în mine.”

T: „Și când nu are încredere în tine?”

G: „Mă deranjează câteodată, dar asta e...”

T: „Oare ce o face pe mama ta să nu aibă încredere în tine?”

G: „E posibil să creadă că eu sunt mai rece cu Iustin, dar de fapt nu-s mai rece, sunt mai dură câteodată.”

*Terapeutul propune ca G. să „devină” pentru câteva minute mamă, făcând inversiune de rol și poziție cu persoana care până atunci a jucat rolul bunicii, fapt care îi va permite să conștientizeze ce simte mama sa în raport cu ea și nu în ultimul rând ce gândește aceasta despre ea ca fică, dar și ca mamă a nepotului său.*

T: *(adresându-se G.)* „Ce poți să ne spui despre Gabi în câteva cuvinte?”

G: *(jucând rolul mamei sale)* „E o fată bună, dar o consider și rea când îl ceartă pe Iustin sau îl bate și nu vrea să-i mai cumpere jucării. Eu cred că-i băiatul ei și ar trebui să-i facă toate plăcerile.”

T: „Ai încredere în Gabi?”

G: „De multe ori am, câteodată nu.”

T: „Ce te face să nu ai încredere în Gabi câteodată?”

G: „Nu-i face toate poftele. Este dură cu el câteodată...”

*Dilemele monoparentalității sunt accentuate în acest caz de intervenția bunicii care intră în competiție tacită cu Gabi pentru exercitarea rolului de mamă. Temerile lui Gabi legate de capacitatea ei de a fi o „mamă bună” sunt accentuate de neîncrederea mai mult sau mai puțin voalată a bunicii, iar frustrarea provocată de renunțarea selectivă la rolul ei firesc pentru a-l adopta pe cel de tată este sporită de tentativa bunicii de a fi mamă pentru Iustin. Copilul este astfel transformat într-un măr al discordiei, iar afecțiunea și cumințenia lui sunt disputate de mamă și bunică. Consecința acestui stil pentru Iustin este dezorientarea care duce la frustrare, plictiseală și, în final, la revoltă precum și la tendința de manipulare a mamei și a bunicii.*

#### IV.4. Grupul mixt - context de transformare psihoterapeutică „împreună” a părinților și copiilor

Grupul mixt reprezintă o modalitate de organizare „împreună” a lucrului psihoterapeutic al părinților și copiilor în vederea optimizării relației dintre ei. În literatura de specialitate este descrisă o astfel de abordare și efectele ei psihoterapeutice.

Valențele provocative și transformative ale travaliului psihoterapeutic în grupul mixt se datorează în principal faptului că intervenția psihoterapeutică are loc *in vivo*, în realitatea relației părinte-copil care se întâlnesc în spațiul securizant al psihoterapiei. Prin re-crearea contextului real al interacțiunilor dintre părinți și copii, transformarea modului de interacțiune are loc împreună cu efecte nu doar în plan individual-personal, ci și la nivelul sistemului familial, iar resursele grupului fac posibile explorarea și descoperirea unor strategii alternative în relația cu copiii.

Stabilirea designului metodologic al acestui grup are ca punct de plecare dificultățile cele mai frecvente care apar în relația părinte-copil diagnosticate atât prin metode proiective cât și în manieră experiențială:

- perturbări ale contactului și comunicării firești dintre părinți și copii (părintele care se transformă în controlor, judecător, distribuitor de recompense);
- înstrăinarea emoțională mergând până la ruptura afectivă din cauza lipsei de timp petrecut împreună cu copilul;
- nesiguranța și teama părintelui atât în legătură cu semnificația unor manifestări psihocomportamentale ale copilului cât și cu standardele propriului rol parental;
- dileme în legătură cu eficiența și corectitudinea metodelor de educare a copilului;
- perfecționism exagerat tradus în teama de a nu greși și suprasensibilizare;
- manifestări psihocomportamentale ale copilului (hiperactivism, minciună, izolare, evadare în imaginar), inclusiv copilul simptomatic.

Principalele surse ale dificultăților din relația parental-filială sunt așteptările nerealiste din partea părinților provenite din necunoașterea specificului psihologic al vârstei (suprasolicitare), proiecții și alte surse de distorsiune (amibiții și neîmpliniri personale), nesiguranța și inconsecvența stilului parental care duc la minciună și la tulburări de personalitate.

Ținând cont de problematica descrisă, finalitatea intervenției psihoterapeutice la care ne-am referit anterior a vizat redescoperirea și restaurarea relației autentice, reale, firești între părinte și copil prin acțiune și simțire împreună.

Obiectivele propuse pentru întâlnirile grupului mixt au avut în vedere îmbunătățirea relațiilor dintre părinți și copii:

- facilitarea interacțiunii părinte-copil și conștientizarea unor strategii de comunicare și relaționare;
- abilitarea pentru o mai bună comunicare;
- deblocarea corporală;
- activarea exprimării personale;
- stimularea expresivității verbale și nonverbale;
- dezvoltarea capacității de a oferi suport comprehensiv, empatic, stimulat în relațiile interpersonale;
- cunoaștere și intercunoaștere;
- conștientizarea de către copii a situațiilor dificile în care își pun uneori părinții;
- conștientizarea de către părinți a conduitelor ce determină reacții cu totul neașteptate din partea copiilor în momente conflictuale ale relației parental-filiale.

Domeniile asupra cărora s-au focalizat obiectivele intervenției psihoterapeutice aparțin registrului corporal-emoțional datorită efectelor restructurante profunde ale contactului și interacțiunii nonverbale care dezvoltă și implică întreaga ființă. Restaurarea contactului primar, corporal cu copilul în relația mamă-copil, prin accesarea resurselor inconștiente unificatoare, determină o îmbunătățire imediată, spontană și durabilă în interacțiunea lor.

Intervenția psihoterapeutică s-a derulat pornind de la o seamă de pretexte provocative propuse în acord cu stadialitatea intrinsecă a transformărilor vizate:

##### 1. Stimularea expresivității personale și deblocarea resurselor creative.

În sala destinată activității de psihoterapie de grup sunt expuse diverse instrumente necesare lucrului arteterapeutic: coli albe de hârtie, creioane colorate, pensule, acuarele, plastilină. Împreună - copii, părinți, terapeuți - explorează camera de lucru și identifică materialele pe care le pot utiliza în activitatea comună pe care o vor desfășura. Fiecare părinte lucrează împreună cu copilul lui alegându-și locul din cameră în care își vor desfășura activitatea.

În prima fază a exercițiului terapeuții nu dau nici o sugestie referitoare la modul în care diadele sau mini grupurile familiale ar putea lucra, lăsându-i pe aceștia să aleagă. În partea a doua a exercițiului se precizează clar modalitatea de lucru: realizarea unei lucrări împreună.

Analiza activității se realizează atât la nivelul grupului întreg părinți-copii, cât și la un palier mai profund în grupul părinților.

Exercițiul a favorizat trăirea împreună a unor stări afective pozitive datorate posibilității de manifestare liberă și spontană a propriei creativități, de exprimare a nevoilor și credințelor prezente, fiecare având posibilitatea să lucreze ceea ce dorește. S-a observat că această nevoie de exprimare personală a fost fundamentală pentru fiecare participant la grup deoarece în prima parte a exercitiului lucrările au fost realizate individual. Nici unul dintre participanți n-a simțit nevoia să realizeze o lucrare comună cu alt participant. Au existat acțiuni de cooperare dar direcționate, în scopul de a-l ajuta pe celălalt să se exprime, să-și realizeze propria lucrare/construcție. Activarea expresivității și creativității personale ca și a disponibilității de a primi și oferi ajutor a permis instalarea unui climat pozitiv care a favorizat realizarea unei mai mari deschideri între copii și părinți, finalizată într-o comunicare gratifiantă.

## **2. Deblocarea și comunicarea corporală**

Se formează diade părinte-copil. Un membru al diadei va fi o oglindă care va reflecta imaginea celuilalt, cu alte cuvinte va face toate gesturile și mișcărilor acestuia. După cinci minute rolurile se inversează.

Acest exercițiu prin cerința sa și mai ales prin faptul că cei care s-au reflectat primii în „oglină” au fost copiii (care nu scapă nici o ocazie de a-și exprima forța, de a-și descărca energia, agresivitatea) a făcut posibilă exprimarea corporală a părinților. Punerea în mișcare a energiei corporale a creat stări de bună dispoziție atât părinților cât și copiilor.

## **3. Expresivitatea emoțională, empatia (redescoperirea emoțională)**

Se lucrează în diade părinte-copil. Copilul exprimă prin tot corpul, fără limbaj verbal, diferite stări emoționale precum bucurie, tristețe, furie, etc., iar părinții ghicesc ce stare exprimă aceștia și răspund utilizând limbajul nonverbal. După cinci minute se inversează rolurile.

Exercițiul a oferit participanților posibilitatea de a se transpune într-un mod substitutiv în starea celuilalt și de a da un răspuns la aceasta uzând de mijloacele limbajului nonverbal. Copiii au experimentat o anumită stare și au asociat-o cu o anumită expresivitate corporală. Ei au conștientizat atât propria reacție corporală cât și a părinților aflați sub impactul anumitor stări emoționale. A fost așadar antrenată și exersată capacitatea de observare și înțelegere a comportamentului celuilalt. Exercițiul a fost util mai ales pentru copiii care au conștientizat că pot să afle multe despre părinți numai urmărindu-le mimica, gestică, postura.

Pentru părinți exercițiul a fost util pentru că au empatizat cu copiii lor și au avut astfel confirmarea intuițiilor lor, au conștientizat reacțiile pe care ei le au atunci când copiii lor trăiesc diferite stări emoționale și efectele asupra

acestora. A fost un bun prilej de reflecție asupra comportamentelor care au un efect pozitiv sau negativ în cadrul relațiilor cu copiii.

## **4. Decentrarea emoțională și redescoperirea celuilalt (prin inversiune de rol, experimentare din interior, de pe pozițiile celuilalt).**

Prin inversiune de rol, copii devin părinți iar aceștia din urmă, copii. Pentru ca adulții și copiii să-și intre mai bine în rol, ei au trei minute la dispoziție să se costumeze în „copii” și „părinți”.

Pentru aceasta folosesc o serie de materiale precum: măști, eșarfe, bastoane, ochelari etc. Se lucrează mai întâi în diada parental-filială, „copiii” având sarcina de a-i pune pe „părinți” în situații cât mai dificile, iar aceștia din urmă să facă față situației, să găsească mijloacele necesare prin care să depășească situația prezentă.

În final exercițiul se realizează împărțind membrii grupului în „părinți” (copiii reali) și „copii” (adulții ce joacă rolul copiilor). Grupul „copiilor” pregătește surprize neplăcute „părinților” care și de data aceasta trebuie să găsească soluții salvatoare.

Intuind corect unul din scopurile exercitiului, părinții au încercat să realizeze acele comportamente pe care copiii lor le manifestă într-un mod mai mult sau mai puțin conștient și care-i pun adesea în dificultate. Această strategie a părinților a avut un efect de șoc asupra copiilor aflați în „rolul” de părinți, care s-au văzut în imposibilitatea de a face față situației create. Acest exercițiu nu a avut efect traumatizant pentru copii, deoarece totul s-a desfășurat sub formă de joc, uneori părinții amplificând foarte mult anumite reacții comportamentale. Puși în fața unor situații dificile, copiii au fost nevoiți să facă apel la resursele lor creative. Au existat destul de frecvent și situații în care aceștia au reacționat proiectând modelul parental interiorizat. Acest lucru a permis părinților accesul la anumite insight-uri cu efect restructurant al propriului comportament educativ, disciplinant al copilului.

Tot acest exercițiu a oferit copiilor posibilitatea de a se simți mândri atunci când au jucat rolul părinților, știut fiind faptul că la această vârstă tendința de a se identifica cu persoana adultă care îl îngrijește este foarte frecventă, părintele fiind foarte important pentru copil.

Copiii au ales să fie niște părinți care vin obosiți de la serviciu. (Se observă că au proiectat *patternul parental*: „Vin de la serviciu, sunt obosit!”.)

Au fost foarte bulversați atunci când au întâlnit „acasă” un grup de copii foarte neascultători care țipă, dau din mâini, se mișcă, se împotrivesc la tot ce vor părinții: „Nu vreau asta! Vreau asta...!”.

Și de data aceasta părinții au reacționat asemenea copiilor lor, iar copiii au proiectat *patternurile* de comportament parentale. Fiecare a fost o oglindă pentru celălalt: două oglinzi paralele ce se reflectă una în alta.

Foarte interesant pentru terapeut a fost să observe cum copiii cu o rigiditate corporală accentuată au emis soluții drastice precum: bătaie, pedeapsă (proiectând modelele părinților), asemenea celor foarte expansivi, proveniți dintr-o familie monoparentală din care lipsește autoritatea paternă și în care mamele erau foarte blocate corporal.

Evaluarea efectelor psihoterapeutice ale lucrului împreună, al părinților și copiilor, a reliefat producerea atât a unor efecte generale, nespecifice cât și Jerularea unor transformări mai profunde în cazul unor familii cu dificultăți în relația părinți-copii.

Efectele generale, nespecifice țin de halo-ul afectiv al unei astfel de experiențe caracterizată în unanimitate ca deosebit de plăcută și relaxantă. Cuvintele părinților exprimă cel mai bine :

G: „A fost minunat! Mi-am adus aminte de copilărie.”

M: „A fost frumos, comic! Am scos chiar și limba!”

Aceleași trăiri pozitive le-au avut și copiii:

A: „A fost bine! Am râs și eu și mami!”

G: „A fost frumos! Ne-am jucat și am râs!”

Deși poate părea simplu la prima vedere, redescoperirea unei interacțiuni relaxante, plăcute cu copilul, în timpul căreia pot renunța la împovărătoarele responsabilități de părinte reprezintă o **experiență restructurantă** pentru mulți părinți pe care rolul parental i-a făcut să uite să râdă, să se joace, să se bucure împreună cu copilul. Regăsirea plăcerii de a fi și de a se juca împreună cu copilul semnifică redescoperirea unei relații firești, autentice cu el. Simplul fapt că stau împreună un timp, pe care cei mai mulți recunosc că nu și-l acordă în mod obișnuit, îi determină să caute modalități de apropiere și redescoperire reciprocă.

Au fost părinți care au descoperit că se pot juca împreună cu copilul fără a-și pierde autoritatea de părinte, fără teama de a nu fi tratat(ă) ca tată/mamă, ci ca prieten(ă). Mai ales mamele singure au conștientizat că tind să devină rigide și să nu se amuze împreună cu copiii. Supreresponsabilizarea și perfecționismul care încearcă să compenseze nesiguranța acestor mame duc adesea la frustrare afectivă și înstrăinare emoțională în relația dintre ele și copil.

Unii părinți au re trăit senzații și situații din propria copilărie, accesul la copilul interior ca sursă de creativitate a personalității fiind evident în cazul multor părinți:

L: „Nu m-am mai jucat cu plastilină de când eram eu la școală, de 20 și ceva de ani. Mi-am adus aminte de cum eram pe atunci. A fost emoționant. M-am simțit de vârsta Roxanei.”

G. (o mămică mai corporală): „Nu credeam că pot să sar și să fac gimnastică împreună cu I. Nici nu mai știu de când n-am mai dansat și nu m-am mai mișcat atât.”

Între Gabi și mama ei s-a produs un veritabil fenomen de simbioză creațională, mamă și fiică realizând individual, separat același desen. Interesant este faptul că se înregistrează o reacție regresivă a mamei, la stadiul de copil, ea fiind cea care își imită fiica, desenează tot ceea ce spune și face fiica sa de 8 ani. În timpul analizei afirmă: „M-am simțit foarte bine cu G., am lucrat numai cum a vrut ea. Ce mi-a spus ea, aia am făcut!”. Mama s-a abandonat practic în mrejele jocului cu fiica sa: „M-am simțit foarte bine. Mă bucur că am venit!”. Exercițiul a avut pentru această mamă un efect revitalizant, de restaurare a contactului primar, simbiotic dintre mamă și copil.

Lucrul împreună cu copiii a fost prilej de autodescoperire: Sanda și-a redescoperit prin jocul cu copiii o veche pasiune - pictura:

S: „Am pictat. A fost minunat! Dacă aș fi fost singură m-aș fi simțit și mai bine! Mă liniștește să pictez. Înainte să mă mărit o oră, o oră și jumătate îmi mai rupeam din timp și mai pictam flori, arbori... Toate acestea mă liniștesc. Caut să realizez o armonie în planșa mea. Cel mai mult îmi place să pictez florile de toamnă. Sunt cele mai frumoase!”

Unul dintre insight-urile cele mai frecvent exprimate a fost conștientizarea timpului extrem de redus pe care părinții îl acordă jocului cu copilul:

Sanda: „Niciodată n-am stat atât împreună cu toții.”

Prezentăm câteva **cazuri relevante** a căror problemă inițial diagnosticată s-a dezvoltat și restructurat în cadrul grupului mixt:

### Cazul 1.

M. este o mamă care a manifestat rezistență în mimarea expresiilor corporale ale copilului, pe timpul exercițiului „Oglinda”. Oricât se străduia copilul să o antreneze în joc, M. îi spunea că nu înțelege ce face sau ce vrea să exprime și ca urmare a acestui fapt nici nu se poate oglindi. Datorită acestei reacții rejectante, copilul a trecut treptat de la mișcări simple ce necesitau o ușoară implicare corporală, la mișcări tot mai ample ce antrenau întreaga structură corporală, făcând practic aproape imposibilă oglindirea. Agitația psihomotorie a copilului trăda o stare de nemulțumire și frustrare care se accentua tot mai mult pe măsură ce mama se înverșuna în respectarea hotărârii sale de a nu se implica în exercițiu. Drama copilului a fost cu atât mai mare cu cât a observat că toți ceilalți părinți se jucau cu copiii lor.

Din anamneză și evaluarea psihodiagnostică, M. se distinge prin nesiguranță în rolul de mamă singură, blocaje corporale, diminuarea contactului afectiv cu copilul.



M. a reproduș în această ședință terapeutică un pattern al său de comportament în relația cu propriul copil. Imaginea sa despre fiul ei: „e totdeauna agitat, e greu de stăpânit, mă obosește, seamănă cu taică-său”, (M. fiind divorțată de 3-4 ani), o face să-l respingă pe copilul nevinovat, mama rejectându-l astfel în mod inconștient, prin **copil**, pe **soțul** ei:

T: „Cum v-ați simțit în timpul exercițiului?”

M: *(demonstrativ)* „Am o agitație de copil! În fiecare dimineață așa face: se agită când se spală, când se îmbracă, te obosește!”

T: „Dar acum cum a fost? *(focalizarea pe aici și acum reprezintă o încercare de destructurare a clișeului cu care M. operează curent.)*”

M: „Acum? Exact așa! Și mă uitam la el!!! Exact cum face și dimineața, că nu mai am putere să mă agită și eu!” *(râde demonstrativ)*

T: „Și tu, Tu. cum te-ai simțit?”

Tu: *(se strâmbă, pare ușor dezamăgit)* „Nu mă agitam, mă spălam repede pentru ca să nu întârzi la școală.” *(Se observă că Tu. nu răspunde la întrebarea terapeutului datorită faptului că a rămas ancorat în afirmațiile anterioare ale mamei, care se pare că au avut efect de șoc asupra lui.)*

T: *(formulând din nou întrebarea):* „Dar acum, aici, cum a fost?”

M: *(nelăsându-l pe fiul ei să vorbească)* „Se agita, se îmbrăca, se trântea și pe jos, cică se dădea în leagăn!” *(Râde în timp ce Tu., dezamăgit, nici măcar nu-și mai găsește cuvintele.)*

T: „Ce crezi că și-ar fi dorit Tu. din partea ta?”

M: *(adresându-se provocativ fiului său)* „Ai fi vrut să mă agită și eu cu tine?”

Tu: *(umil)* „Da.”

M: *(victorioasă!)* „Te rog, sunt deja obosită de tine! Să mă mai agită și eu?! Să mă mai trântesc pe jos?! Asta mi-ar mai fi trebuit acum!” *(fantasma soțului rejectat este proiectată în copil)*

T: „M., spui că acum te-ai simțit obosită de mișcările lui Tu. Și că din cauza asta nu ai putut să te joci cu el. Cum se întâmplă de obicei?”

M: „Exact așa. Mă obosește cu agitația lui.”

T: „Cum ai vrea să fie?”

M: „Să fie și el mai liniștit, mai potolit, să nu se smucească atât.”

T: „Arată-ne cum ai vrea să fie Tu. Fii Tu. pe care îl dorește M.”

M: *(rezistentă, ușor ironică)* „Să se miște mai puțin.”

T: „Mișcă-te exact cum ai vrea să se miște Tu.”

M: *(oprindu-se derutată)* „Așa.”

T: „Dar tu acum stai, nu te miști. Așa vrei să fie Tu?”

M: „Da, să stea și el locului odată.” *(mesajul este adresat mai curînd soțului plecat, soția dorind probabil un control compensator asupra acestuia, ca un mijloc de apărare față de un presupus comportament agresiv, agitat sau instabil și ca un mod de reducere a anxietății sau culpabilității de separare).*

T: „Tu., stai cum stă mama. M., cum te simți acum că Tu. stă locului?”

M: „Foarte bine!!! Ușurată.”

T: „Tu., mișcă-te cum te mișcai dimineața. Cum te simți acum?”

M: „Oprește-te!”

T: „Oprește-te pentru că...”

M: „Mă obosești.”

T: „Și când mă obosești, eu mă simt...”

M: „Fără putere.”

T: „Fără putere, adică mă simt...”

M: „Nu știu ce să mai fac.”

T: „Să faci ceva ca să...”

M: „Ca să te potolesc.”

T: „Și când nu știi ce să faci ca să-l potolești, tu ca mamă te simți...”

M: „Nu știu ce metode să mai aplic cu el.”

T: „Crezi că trebuie să aplici niște metode cu el...”

M: „Tu. nu are tată și mă străduiesc să nu simt lipsa tatălui. Să-i ofer cele mai bune metode de educație, De asta l-am adus și la grup. Să-mi spunei dacă se simte că nu are tată, ce ar trebui să fac cu el.” *(Ies la iveală temerile mamei singure care se simte nesigură în ceea ce privește modul în care își educă fiul. Responsabilizarea accentuată consecutivă anxietății duce la rigiditate afectivă, impunerea unor reguli stricte, blocaje ale trăirii și exprimării. M. caută standarde educaționale infailibile care să-i asigure confortul psihologic în relația cu copilul.)*

T: „Ce te neliniștește pe tine, M., la Tu.?”

M: „E prea agitat.”

T: „G., cred că ai aceeași problemă cu I.”

G: „Da, dar e normal pentru un copil să se miște, să se joace. Dacă ar fi Iustin cum e Tu.!”

T: „Cum procedezi cînd Iustin este agitat?”

G: „Îl las să se agite. Până la urmă îi trece.”

*(Din punct de vedere educațional și al dezvoltării psihologice refuzul jocului și al nevoii de mișcare înseamnă nerespectarea specificului psihologic al vârstei, maturizarea precoce și tendința de parentalizarea a copilului.)*

Reacțiile M. se datorează, pe de o parte, problemelor reale create de statutul de mamă singură, în special tendința de suprasensibilizare, iar, pe de altă parte, frustrării unor nevoi personale (nevoie de atenție, de a fi iubită, admirată, apreciată, sprijinită, ajutată) care, în mod firesc, pot fi împlinite într-o relație de cuplu inexistentă acum în viața M. Și pentru că toate acestea nu îi sunt satisfăcute comportamentul său capătă aspecte isterice, manifestând o solidă opoziție față de nevoile celui alt.

În analiza realizată la sfârșitul acestui grup, în prezența adulților, M. a conștientizat motivația reală a comportamentului său și a fost consiliată în ceea ce privește adoptarea unei alte strategii interrelaționale cu fiul său care să aducă satisfacție amândurora.

## Cazul 2.

Laura, mama Alinei, evită să comunice cu fiica ei prin intermediul contactului fizic, blocajul fiind evident exprimat în atitudinea corporală: rigiditate, nu atinge copilul, menținerea unei distanțe care face imposibilă comunicarea tactil-kinestezică. În acest timp, Alina mimează numai stări afective negative (teamă, tristețe) și așteaptă cu mâinile întinse răspunsul mamei. Intervenția psihoterapeutică:

**Terapeut:** „Laura, ce stare crezi că trăiește acum Alina?”

**Laura:** „Nu știu... E supărată.”

**T:** „E supărată... Ce-ți vine să faci atunci când o vezi pe fiica ta supărată?”

**L:** „Nu știu...”

**T:** „Acum fiica ta stă în fața ta și e foarte supărată, plânge. Ce faci?”

**L** (*se retrage și accentuează blocajul corporal*)

**T:** „Văd că te dai un pas înapoi și îți lipești mâinile pe lângă corp. Ce simți acum?”

*Laura nu răspunde...*

**T:** „Ce te-a făcut să te retragi?”

**L:** „Nu știu ce trebuie să fac.”

**T:** „Nu trebuie să faci ceva anume. Doar ce simți atunci când fiica ta plânge în fața ta. Află ce simți și ce îți vine să faci!”

**L:** „Aș vrea să-i spun să nu mai plângă.”

**T:** „Spune-i!”

**L:** (*rece*) „Nu mai plânge.”

**T:** (*către Alina*) „Cum te simți?”

*Alina: nu răspunde și continuă să mimeze aceeași stare.*

**T:** „Încearcă să-i spui altfel, eventual să faci și un gest.”

**L:** (*blocaj corporal reia pe același ton*) „Nu mai plânge.”

*(Este evident că mama nu are acces la resursele emoționale proprii în acest moment și că orice încercare de a depăși blocajul făcând apel la ea însăși vor eșua.)*

**T:** „A., fii tu mama pentru câteva momente, iar tu Laura o să fii Alina. De acord?”

**L:** „Da.”

**T:** „Alina, tu ești mama Laura, iar Laura este foarte supărată. Încearcă să faci ceva să se simtă mai bine.” (*joc de rol inversat*)

**A:** (*prinzând-o de mâini pe mamă*) „Nu mai plânge, te rog!”

**T:** „Așa, foarte bine... Încearcă să o faci să se simtă și mai bine”

*A. o îmbrățișează pe Laura care cu timiditate o ia în brațe.*

**T:** „Cum a fost Laura când Alina te-a îmbrățișat?”

**L:** (*ținând-o de mână pe Alina*) „Foarte bine.”

**T:** „Alina redevii fiica și mimează o altă stare.”

*Alina arată că îi este frică.*

**T:** „Laura, fă ceva ca Alina să se simtă bine.”

*Laura se apropie timid și o mângâie, apoi o prinde de mâini, Alina cuibărindu-i-se în brațe. Apoi, Alina mimează bucurie, fericire, luând-o pe mama în brațe, se învârt și râd împreună.*

## Cazul 3.

În timpul analizei desfășurate în grupul părinților, M. și-a exprimat temerile legate de modul în care își educă fiicele, ea fiind cea care se ocupă aproape în exclusivitate de organizarea timpului copiilor. Una din preocupările ei principale era să-și antreneze fetele în toate activitățile sale, ceilalți părinți remarcând că astfel nu mai are timp pentru ea însăși.

În urma desenului realizat împreună cu fiicele sale, M. ne-a spus:

**M:** „Mi-am dat seama că sunt destul de rigidă în relația cu fetele mele. Le controlez excesiv de mult atunci când se joacă și eu uit să mă joc cu ele. Chiar și atunci când se uită la televizor în camera lor, bag capul pe ușă să văd ce fac.”

**T:** „Ce te face să bagi capul pe ușă să vezi ce se întâmplă?”

**M:** „Vreau să știu cum se joacă, de-a ce se joacă.”

**T:** „Este important pentru tine să știi cum se joacă. Poți să ne spui de ce?”

**M:** „Vreau să învețe ceva din jocul acela. Atunci când se joacă am tendința să le organizez jocul să fie logic, să învețe ceva din el.”

**T:** „Așa a fost și aici? Ai încercat să transformi jocul în ceva din care să învețe ceva?”

**M:** „Nu, aici nu.”

**T:** „Ce te-a făcut să nu faci asta aici, în grup?”

**M:** „Am văzut ce bucuroase erau fetele că mă joc cu ele, că ne jucăm împreună. Nu mai puteau de fericire când m-am jucat cu ele! Mă luau în brațe fără motiv, se învârtteau în jurul meu...”

**T:** „Ce „ți-a spus” bucuria lor?”

**M:** „Că le place să mă joc cu ele, că doresc să ne jucăm împreună.”

**T:** „Cum rămâne cu învățatul?”

**M:** (*spontan, râzând*) „Păi, când învățăm, învățăm, când ne jucăm, ne jucăm.”

**T:** „Adică, nu trebuie să înveți neapărat ceva din joc?”

M: „Cred că e important să mă simt bine împreună cu fetele și ele să fie bucuroase că ne jucăm împreună.”

T: „Te gândești să schimbi ceva în modul în care te vei juca?”

M: „O să le las mai libere și o să mă joc și eu cu ele. Sunt spontane, mă acceptă mai ușor când mă joc cu ele. M-am simțit minunat și eu și ele! Am descoperit că-mi place să mă joc cu ele. (Stă pe gânduri.) Mai e o problemă: nu știu dacă o să se mai joace singure, iar eu nu am timp să mă joc tot timpul cu ele.”

T: „Dar până acum cum s-au jucat?”

M: „Singure. Dar nu știau cum e să ne jucăm împreună. Acum o să aștepte să le organizez eu jocul.”

T: „Ce ar însemna asta pentru tine?”

M: „Nu o să mai am timp pentru alte treburi.”

T: (către grup) „Ce ar putea să facă M.?”

Ema: „Să fixeze un timp pentru jocul împreună.”

G: „Să le antreneze și pe fete în treburile gospodărești și așa o să aibă timp să se joace împreună.”

M: „Să o ajute și soțul.”

T: „Ai putea să faci asta?”

M: „Cred că da. Așa o să am timp și pentru jocul cu fetele și pentru treburile gospodărești.”

#### IV.5. Evaluare, concluzii și implicații ale modulului de optimizare a relației părinți - copii

Modulul experimental s-a încheiat cu o activitate de evaluare a întregului program, evaluare realizată cu ajutorul tehnicii interviului și al testelor proiective.

Interviul a fost aplicat atât copiilor cât și părinților urmărindu-se surprinderea efectelor pe care experiența de grup a avut-o asupra acestora.

Grila de interviu a copiilor a cuprins următoarele întrebări:

1. Cum te-ai simțit în cadrul grupului de copii?
2. Cum te-ai simțit în cadrul grupului de părinți și copii?
3. Ce ți-a plăcut cel mai mult în cadrul întâlnirilor de grup?
4. Ce ți-a plăcut cel mai puțin?
5. Ai învățat ceva? Ce?
6. Ce au însemnat aceste grupuri pentru tine?

Din analiza atentă a răspunsurilor copiilor la toate aceste întrebări am reținut unele elemente semnificative:

Copiii s-au simțit foarte bine în cadrul grupurilor, s-au jucat, au învățat lucruri noi, s-au aflat între prieteni.

„M-am simțit bine! Am colorat, am modelat în plastilină și m-am mângălit pe față!”

„Mi-a plăcut la grup pentru că ne-am jucat împreună, ne-am ajutat și nu ne-am certat! A fost frumos, am învățat lucruri noi.”

„M-am simțit bine la grup pentru că eram între colegii noștri, îi cunoșteam, nu eram între copii pe care nu-i cunoșteam.” (efect de dez anxietate la contact interpersonal)

Referitor la cea de-a doua întrebare din cadrul interviului destinat copiilor: „Cum te-ai simțit în cadrul întâlnirilor de grup părinți-copii?” s-au putut desprinde următoarele afirmații:

„Mi-a plăcut foarte mult că am pictat împreună cu mami și cu I.”

„...și pentru că mama a fost cu mine m-am simțit bine: am dansat, am cântat împreună.”

„A fost bine cu mami și cu tati să ne jucăm împreună! Mi-aș fi dorit să mai fiu pentru că îmi place.” (Copilul exprimă foarte clar una din nevoile sale fundamentale care a fost satisfăcută în cadrul acestui program terapeutic: atenția părinților săi. El are nevoie de prezența acestora. Are nevoie să primească afecțiunea lor, dragostea lor. Cu această ocazie părinții au conștientizat ce efect benefic are prezența lor asupra copilului, și care este modalitatea de „cumințire” a fiicei lor, aceasta fiind mult mai cuminte, mai ascultătoare și mai docilă în perioada desfășurării grupurilor mixte.)

Au fost realizate noi achiziții la nivelul intercunoașterii, mai ales în ceea ce privește modalitățile comportamentale care facilitează relaționarea cu ceilalți, în particular relaționarea cu părinții.

„Nu le mai vorbesc părinților cu voce tare pentru că așa ei nu se mai supără pe mine și îmi dau ce vreau.”

„Am învățat că trebuie să-i ascultăm pe ceilalți și să ne jucăm împreună.”

Deosebit de interesant a fost interviul realizat cu părinții. Prima parte a interviului a constatat în prezentarea schimbărilor psihocomportamentale pe care le-au observat la copii pe parcursul realizării modulului experimental: o mai bună adaptare la cerințele parentale care au suferit uneori și ele anumite modificări, o mai mare implicare a copiilor cu timiditate accentuată în relaționarea cu ceilalți membrii ai familiei sau cu prieteni ai acestora. La unii copii a crescut numărul inițiativelor personale în ceea ce privește activitățile cu specific școlar, s-a dezvoltat așadar simțul responsabilității. Testele proiective au susținut și ele informațiile furnizate de părinți. A reieșit o mai mare

deschidere spre relaționare a copiilor, o oarecare îmbunătățire a imaginii de sine și o mai redusă rigiditate corporală.

Partea a doua a interviului a fost focalizată pe experiența de grup a părinților și pe efectele pe care aceasta le-a avut în viața lor.

La întrebarea terapeutului dacă grupul a ajutat-o cu ceva, M. a răspuns: „M-a apropiat mai mult de copii. S-au atașat mai mult de mine, m-au văzut și ca pe o tovarășă de joacă.”

O altă mamă a reînnoțat legătura sa afectivă pozitivă cu fiica sa mai mare: „Îmi pare rău că se termină. Consider că această experiență a fost foarte utilă pentru mine. Venind aici mă relaxam foarte mult, scăpam de treburile mele cotidiene. Am descoperit unele lucruri la R. (fiica mai mare) dar și referitor la noi două: ne-ar plăcea să stăm mai mult împreună, să desenăm împreună, să ne jucăm. Mi am dat seama că nu prea mă joc acasă foarte mult cu R. pentru că intervine I. Și I. fiind mai mică îmi acaparează o bună parte din timp. Nu mai am răbdare și nu-i mai acord aceeași atenție și lui R. Și ea se comportă ca atare cerându-și drepturile.”

M: „Pe mine m-a ajutat foarte mult că am văzut că și alte doamne divorțate se confruntă cam cu aceleași probleme pe care copilul meu mi le face. Mi-a dat mai mult curaj!”

Și în cazul părinților au fost semnalate unele schimbări în bine prin intermediul testelor proiective mai ales în ceea ce privește îmbunătățirea imaginii de sine. Faptul că s-au produs unele transformări cu efect pozitiv la nivelul personalității acestora a reieșit și din propunerea venită din partea lor: „Ar fi minunat dacă am continua să lucrăm cu noi. Rezolvându-ne nouă anumite probleme am putea lucra mai bine asupra îmbunătățirii relației noastre cu copii.”

Această afirmație nu a făcut decât să ne bucure deoarece este extrem de relevantă pentru impactul pe care modulul nostru experimental l-a avut asupra părinților și copiilor. Așadar punerea în practică a unui astfel de program de intervenție psihoterapeutică are efecte benefice: dezvoltarea personală a copiilor, dezvoltarea personală a părinților constituie baza intervenției terapeutice a optimizării relațiilor părinți-copii.

Acest experiment deschide drumul pentru realizarea unui nou tip de școală: „Școala părinților”, știut fiind faptul că cea mai dificilă meserie e aceea de părinte.

## CAPITOLUL V Grupul experiențial de dezvoltare personală cu copii - ghid metodologic -

### Argument:

Mediul social prin labirintul căruia școlarul mic își croiește drumul în viață își pune puternic amprenta asupra conturării personalității sale. Familia, grupul de prieteni, grupul școlar influențează dezvoltarea sau blocarea capacităților interrelaționale ale copiilor, elemente constitutive ale personalității dominante în procesul de integrare socială a copilului și a viitorului adult.

„Cuplul conjugal, prin întreg sistemul său de acte comportamentale, constituie un veritabil model social care fiind dealtfel primul în ordinea influențelor din partea modelelor sociale existente, are o influență hotărâtoare asupra copiilor privind formarea concepției lor despre viață, a modului de comportare și relaționare în raport cu diferite norme și valori.” (Mitrofan I., 1991)

Relațiile copilului cu familia sunt conștientizate și raportate la alte cazuri (din care fac parte colegii). Se percep mai cu seamă rezonanțele comportamentale și afective. Sunt semnificative pentru copil relațiile afective, pozitive, de acceptanță și căldură ale părinților sau dimpotrivă, atitudinea de rejecție ce se manifestă prin ostilitate și autoritate brutală. Adeseori între acestea se interpun alte două forme ce constau în atitudini lipsite de interes față de activitățile copilului sau în variate forme de control sever, exagerat. Lucrurile se complică în toate cazurile când cei doi părinți manifestă atitudini diferite față de copil.

Severitatea excesivă cu multe rigidități, privațiuni de tot felul, cu cerințe și pretenții exagerate, își lasă puternic amprenta asupra procesului de formare a personalității copilului cu inerente implicații negative în plan comportamental și relațional: conformism, încredere redusă în forțele proprii, teamă, timiditate, sentimente profunde de culpabilitate și revoltă, apatie și indiferență accentuată față de ceea ce trebuie să întreprindă sau în ceea ce privește relaționarea cu cei din jur.

Supraprotecția pe care părinții o oferă copilului datorită credinței că are însușiri cu totul aparte în raport cu alții duc, de asemenea, la o serie de efecte negative pentru copil: *discrepanța între imaginea de sine și posibilitățile reale*,

îngâmfarea, exacerbarea eului, supraevaluarea propriilor posibilități, cu evidente consecințe maladaptative.

Limitarea excesivă a libertății și independenței de acțiune a propriilor copii din dorința de „a nu păți ceva rău” are drept rezultat maternodependența, tocirea accentuată a spiritului de inițiativă, instalarea unor temeri nejustificate de acțiune și de consecințele ei, izolarea în serie, subevaluarea propriilor posibilități, ceea ce favorizează o proastă integrare socială.

Indiferența, nonimplicarea până la neglijarea totală a copiilor se finalizează de asemenea cu consecințe negative în dezvoltarea bio-psiho-socială.

Structura monoparentală a familiei influențează și ea capacitățile relaționale ale copiilor. Astfel, pentru băieți, absența tatălui la vârsta școlarității nici duce la o oarecare efemizare a conduitei, iar pentru fete, la o oarecare nesiguranță.

În lipsa modelului patern, când mama nu este implicată în control și cooperare acceptată de copii, aceștia, și mai ales băieții, devin nesiguri, manifestă conduite antisociale, agresivitate crescută și tendințe delictive.

Pentru fete, absența tatălui poate crea dificultăți în stabilirea de relații cu sexul opus, nevrotism, anxietate și disconfort în astfel de relații sau o timpurie și nediscriminativă implicare în relații sexuale întâmplătoare la vârsta adolescenței. Absența tatălui în cazul fetelor este consemnată și ca factor de risc pentru dezvoltarea unor conduite sociodeviate, cum ar fi prostituția, iar în cazul băieților poate predispuce la crize în asumarea identității psihosexuale.

Familiiile caracterizate printr-un potențial conflictogen ridicat și puternic carentate din punct de vedere psihoafectiv și psihomoral afectează în cea mai mare măsură procesul de maturizare psihosocială a copiilor. Copiii, datorită crescutei lor sensibilități, receptează și trăiesc deosebit de intens orice eveniment intervenit între părinți. Efectul principal al relațiilor interpersonale conflictuale din cadrul familiei asupra personalității copiilor îl constituie devalorizarea modelului parental și totodată, pierderea posibilității de identificare cu acest model. Mai mult, modelul parental, în asemenea situații, poate fi respins activ de către copii, devenind „model negativ” care, treptat, poate conduce la stimularea și dezvoltarea agresivității și comportamentului antisocial.

Relațiile afectuoase dintre copil și părinți, ca și dintre aceștia, duc la efecte pozitive, rezultatele cele mai bune în plan comportamental-relațional obținându-le copiii ai căror părinți au o atitudine clară, caldă, manifestă atenție la autonomie, exercită un control echilibrat și constant.

Grupul de prieteni oferă posibilitatea satisfacerii unor trebuințe fundamentale ale copilului: nevoia de a se afla în colectivitate, de a stabili

relații interpersonale, de a forma împreună cu ei grupuri, echipe care să se întrecă cu alte grupuri.

Copiii aderă în mod voluntar la un grup sau altul tocmai pentru a-și satisface dorința de comunicare, interesul pentru joacă sau preocupările școlare comune, vecinătatea spațiului de locuit contribuind și ea la formarea grupului de covârșnici caracteristic perioadei de vârstă a școlarului mic.

În cadrul grupurilor funcționează o multitudine și o varietate de relații interpersonale cognitive, comunicaționale, afectiv simpatetice. Interacțiunile sunt între egali, grupul funcționând pe baza unor reguli proprii, stabilite de copii, firește, în urma preluării modelelor adulților, neexcluzând apariția ierarhiilor în cadrul grupului, lider devenind cel cu mai multă inițiativă, cu mai mult curaj și o mai mare capacitate de a-i coordona pe ceilalți. În grup, fiecare își exersează comportamentul prin relațiile cu ceilalți fiind prilejuită „înjărcarea afectivă”, copiii criticându-se și gratificându-se reciproc. Separarea pe sexe a interacțiunii este specifică grupului de covârșnici „școlar mic”.

Interrelaționarea în cadrul grupului de prieteni facilitează dezvoltarea și validarea eului, dezvoltarea competențelor de sex-rol, a competențelor sociale, achiziția unor noi cunoștințe în afara mediului familial.

Importanța grupului de covârșnici în perioada miciei școlarități se exprimă în aceea că facilitează manifestarea și dezvoltarea atitudinilor și valorilor individuale ce ajută la maturizarea personalității copilului în vederea realizării unei bune integrări sociale.

Pericolul care apare se concretizează în posibilitatea apariției la copil a comportamentului deviant, dată fiind relativa independență de părinți a grupului de prieteni.

Participarea copilului la viața școlară este un bun prilej de relaționare cu ceilalți, de exersare a comportamentelor de cooperare, întrajutorare, întrecere. Conduitele interacționale, cu reflexul lor emoțional concretizat în emulație și interstimulare influențează formarea personalității.

Relațiile de dominare însă, din partea unor învățători, reușesc să creeze un climat de autoritarism. Accentul cade, în acest caz, pe dirijare și ordine, pe impunere severă și dojenirea elevilor, pe stimularea supunerii necondiționate, pe însușirea docilă a cunoștințelor, pe înăbușirea spiritului de inițiativă, de independență, de creativitate. În aceste condiții copiii nu-și mai pot afirma propriile opinii, gânduri, sentimente, comunicarea fiind mult redusă, iar climatul de teroare, groază determină aversiunea atât pentru învățător cât și pentru școală. În astfel de situații grupul de elevi nu funcționează optimal, relaționarea inefficientă cu învățătorul atrage după sine inefficienta în plan relațional a elevilor, cu toate efectele negative ce decurg de aici în planul dezvoltării personalității.

Sunt desigur și învățători al căror comportament se bazează pe tendința de a se integra în climatul clasei, de a se identifica cu viața și activitatea elevilor. Ei încearcă să stimuleze participarea activă a copiilor, să sporească continuu independența și inițiativa acestora, spiritul lor de răspundere. Mai mult decât atât stimulează înțelesul și curiozitatea, încurajează manifestarea spontaneității și a creativității. Sunt promovate, practic, comportamente de relaționare, conlucrare, cooperare, întrajutorare, obținându-se efecte pozitive în planul dezvoltării personalității elevilor.

„Descoperirea lumii” în școală nu e neapărat generatoare de anxietate, căci, pentru copilul curios, nimic nu e în mod aprioric ciudat. Poate însă încerca în cadrul relaționării interpersonale și experiențe generatoare de anxietate sau devalorizante care să-i confirme lipsa lui de importanță. În acest context se declanșează mecanismele de apărare ale eului. Anxietatea camuflată poate duce la nervozitate, tulburări ale somnului, inadaptare, etc.

Interrelațiile sociale întreținute de micul școlar capătă amprenta vieții sociale în ansamblul ei și a vieții școlare și familiale din mediul sociocultural. Locul familiei și al relațiilor din familie, al atmosferei și regulilor, stilului și caracteristicilor familiei sunt astfel înțelese pentru că școala îi oferă copilului condiții de a intui și alte tipuri de familie decât a sa. Conștientizarea influențelor sale familiale creează puternice rezonanțe comportamentale și afective în personalitatea copilului cu mari influențe în conturarea identității de sine.

Grupul terapeutic de dezvoltare și optimizare personală poate fi definit ca o „întâlnire existentă între oameni” (Zinker), ce permite fiecăruia să se autodescoperă și să se autocreeze prin întâlnirea cu celălalt. Procesul insinuos al cunoașterii de sine și al dezvoltării personale se desfășoară cu succes în cadrul grupului în care persoanele participante se simt în siguranță, trăiesc sentimentul acceptării necondiționate și pe cel al încrederii, păstrării confidențialității.

Realizarea unei bune coeziuni a grupului și funcționarea acestuia după niște norme clar precizate, oferă membrilor posibilitatea realizării unei experiențe comune de transfigurare, de maturizare afectivă, cognitivă și comportamentală.

Activitatea terapeutică desfășurată într-un astfel de grup poate fi considerată o adevărată aventură creativă care provoacă insight-uri și restructurări la nivelul personalității, favorizând astfel dezvoltarea oricărui individ, de la copil până la adult.

Grupul experiențial de dezvoltare personală este în acord cu trebuințele dominante ale copilului școlar mic: nevoia de comunicare, de interacțiune, de relaționare interpersonală cu cei de o vârstă, de cunoaștere a propriei persoane. Acest interes pentru propria interioritate psihică se face simțit mai ales după

vârsta de 8-9 ani, când școlarul mic e preocupat de gândurile, emoțiile și sentimentele sale.

Grupul experiențial de optimizare și dezvoltare personală vine astfel în întâmpinarea necesităților acestor copii, facilitându-le procesul de autodezvăluire, de autodepășire.

Tehnicile expresive ce facilitează exteriorizarea pe căi diferite de cea verbală, accesibile vârstei, permit copiilor să experimenteze „aici și acum” diferite probleme personale, beneficiind de insight-uri restructurante. Copiii își deblochează astfel, spontan, propriile resurse, le conștientizează și devin astfel proprii constructori ai personalității lor. Ei descoperă pe cont propriu cum pot face față diferitelor situații de viață cu care se confruntă.

Tehnicile expresive răspund nevoii de acțiune, de concret și mai ales trebuinței de joc și mișcare a școlarului mic.

Ele creează copilului impresia că el nu vine la terapie, ci vine să se joace. Motivația pentru joc, deosebit de pregnantă la vârsta copilăriei, crește gradul de participare autentică a copiilor în procesul terapeutic, beneficiul putând fi în multe situații maximal.

Trăirea unor stări afective pozitive, sentimentul unității cu ceilalți membrii ai grupului sporesc curiozitatea și dorința de implicare în trăirea de noi experiențe. Și aceasta este cu atât mai puternică atunci când satisface și nevoia de comunicare cu copii de aceeași vârstă, de confirmare și stimulare în grup a asertivității, a importanței personale pentru ceilalți, a recunoașterii capacităților personale și a resurselor de care dispune fiecare. Grupul experiențial asigură toate acestea. El oferă în același timp posibilitatea de a adopta și experimenta noi atitudini, conduite și comportamente, fără teama de risc. În felul acesta copilul devine propriul său creator. El învață să se relaționeze cu ceilalți, să comunice. Își formează disponibilitatea de a primi și oferi ajutor, fapt ce este urmat de creșterea autostimei prin capacitatea de a-i ajuta pe alții.

Terapeutul poate folosi ca instrumente de provocare în terapia copilului: jocul, fantezia ghidată, metafora precum și tehnici expresive: dramaterapia, mișcarea, dansul, desenul, colajul madelajul.

Acestea sunt „vehicule” cu ajutorul cărora se poate avea acces la fenomenologia interioară a copilului, provocându-se fenomene de detensionare emoțională, autodescoperire și realizare a insight-urilor restructurante (I. Mitrofan, 1997).

Grupul de dezvoltare și optimizare personală oferă copiilor posibilitatea conștientizării și valorizării de sine, cu efecte pozitive în planul relațiilor interumane. Terapia echivalează cu învățarea strategiei de „a lucra asupra sieși” și de a se autoforma, autodezvolta în vederea unei optime adaptări. În felul acesta copilul nu numai că își optimizează comportamentul dar se



nezelareaza cu deprinderea de autoanunț, de comunicare...  
sa, fapt ce garantează adaptarea sa creativă în plan socio-moral, interpersonal și  
spiritual.

Prezentăm în continuare un ghid metodologic privind lucrul cu copiii în  
grupul de dezvoltare personală.

#### Obiectiv:

Dezvoltarea și optimizarea comportamentală a școlarilor mici cu  
dificultăți de integrare prin utilizarea metodelor experiențiale de grup, de tip  
gestalt expresiv-creativ.

#### Direcții de acțiune:

1. Creșterea asertivității și expresivității personale.
2. Activarea și optimizarea capacităților de autocunoaștere, relaționare  
și comunicare interpersonală concomitent cu antrenarea empatiei.
3. Activarea resurselor creative.
4. Dezvoltarea coeziunii și a dinamicii de grup

#### Selecția participanților (descriere, criterii de selecție):

Un număr de 12 copii (șase băieți și șase fete) din cadrul unei școli  
bucureștene au fost selectați pentru a participa în cadrul modulului de  
dezvoltare și optimizare comportamentală, care a constituit baza experimentală  
a actualului ghid metodologic.

Limita numărului de copii a fost impusă de cerințele de organizare a  
grupului de dezvoltare personală, psihoterapie care recomandă ca numărul  
maxim de membri să fie doisprezece. Au fost selectați, de la mai multe clase a  
IV-a acei copii care manifestau deficit de relaționare și integrare. Au fost aleși  
opt copii care relaționau foarte rar cu colegii lor, adesea izolându-se de ei și  
patru copii cu un comportament dinamic, agresiv, turbulent. S-a optat pentru  
această proporție din dorința de a forma un grup cu un climat echilibrat,  
detensionat, favorabil realizării unei bune comunicări. Un alt criteriu de  
selecție a fost acela al deficitului de comunicare existent între copii și părinții  
acestora reieșit, din recomandările învățătoarelor și interpretarea testului  
familiei, aplicat inițial unui lot de douăzeci și patru de copii. De asemenea  
selecția s-a realizat din mai multe clase în încercarea de a crea un grup nou,  
care să nu se construiască pe structuri grupale mai vechi. În felul acesta am  
permis copiilor să pătrundă într-un univers relațional cu totul nou, neexplorat  
încă.

#### Etapetele destășurării programului de dezvoltare personală și interpersonală:

Ne-am propus așadar validarea unui program de optimizare  
comportamentală a elevilor din ciclul primar, clasa a-IV-a, program realizat în  
spiritul metodelor experiențiale de grup, de tip gestalt creativ-expresiv.

#### • Pregătirea și demarajul

Programul de dezvoltare personală fiind aplicat copiilor a ridicat unele  
probleme de ordin organizatoric. De aceea **prima etapă** a acestuia a fost  
realizată pe parcursul a două săptămâni și a constat în informarea direcțiunii  
școlii și a părinților cu privire la organizarea și specificul acestui program,  
obținând și aprobarea realizării acestuia în școală. Așadar, după realizarea  
selecției celor doisprezece copii am organizat o întâlnire cu părinții acestora  
pentru obținerea acordului de participare. Aceștia au fost informați cu privire la  
obiectivele programului ce urma a se desfășura pe perioada primului semestru  
școlar. S-a stabilit totodată și care va fi programul întâlnirilor, durata lor,  
răspunzându-se în același timp la întrebările adresate de către părinți. Au fost  
de asemenea împărțite fișe de evaluare ale programului și explicate părinților  
condițiile, cerințele și modalitățile de completare ale acestora.

Cea de-a **doua etapă** a programului a avut drept scop atingerea  
obiectivelor propuse.

Desfășurarea întregului program a fost înregistrată pe casete video și a  
inclus zece sesiuni de grup.

Locul desfășurării programului a fost o sală special amenajată în școala  
care s-a transformat în spațiu de siguranță pentru copii și loc de trăire a unor  
stări afective pozitive pe parcursul a aproape trei luni de zile.

Desfășurarea celor zece sesiuni de optimizare comportamentală nu s-a  
realizat la întâmplare. Astfel în primele trei sesiuni s-a urmărit deblocarea și  
motivarea copiilor pentru experiența de grup, crearea unui climat securizant  
prin asigurarea cunoașterii și intercunoașterii, gratificant afectiv care să permită  
ruperea tuturor „barierelor”, diluarea rezistențelor copiilor, punându-se bazele  
unei comunicări autentice. Pentru realizarea acestor deziderate s-au folosit cu  
precădere ca mijloace terapeutice: terapia prin joc și mișcare, artterapia –  
tehnicile expresiv corporale răspunzând nevoii de mișcare a copiilor.

S-au pus astfel bazele coeziunii grupului.

În aceste condiții următoarele sesiuni au permis utilizarea unor tehnici  
care au facilitat abilitarea pentru o mai bună comunicare, activarea și  
optimizarea resurselor creative și integrative, autoreglarea și dezvoltarea  
personală, optimizarea comportamentului rezolutiv-creativ în grup,

promovarea cooperării și autoafirmării, dezvoltarea și exersarea capacităților empatice.

Copiii au beneficiat de efectele tehnicilor experiențiale de tip gestalt-expresiv: dramaterapia – jocul de rol, artterapia – modelaj, colaj, tehnică postural-sculpturală, povestire, terapie prin dans și mișcare care le-au permis să experimenteze „aici și acum” anumite trăiri, emoții, sentimente, să se descopere, să-și rezolve unele conflicte și nu în ultimul rând să-i descopere pe ceilalți, să învețe din experiența lor prin producerea fenomenului de „extensie a conștientizării de grup”, să descopere împreună norme ce duc la o mai bună comunicare în cadrul grupului.

Exercițiile suport pentru atingerea obiectivelor au avut în vedere îmbinarea pe cât posibil a cât mai multe metode și tehnici experiențiale în mod flexibil. Astfel am încercat mai ales să îmbinăm tehnicile dramatice cu cele artterapeutice considerând că se obține astfel un dublu beneficiu: experimentarea unor situații de viață, trăirea lor „aici și acum” cât și creșterea conștientizării de sine, realizându-se în final o experiență de transfigurare, maturizare afectivă, cognitivă și comportamentală.

Cea de-a treia și totodată ultima etapă a programului a avut în vedere validarea rezultatelor obținute pe lotul de copii selectat. S-au avut ca mijloace de validare patru modalități:

1. Analiza comparativă a desenelor realizate de copii „Afișul grupului” în a doua și în ultima ședință, utilizându-se ca metodă observația cuantificată.
2. Analiza fișelor de evaluare a progreselor obținute în urma programului de optimizare psihocomportamentală, completate de părinți, calculându-se diferențele semnificative ale unor parametri înregistrați la începutul și la sfârșitul programului.
3. Analiza progreselor înregistrate pe baza unei grile de observație a casetelor video, utilizându-se ca metodă observația cuantificată.
4. Analiza efectelor programului pe baza interviurii copiilor participanți la experiment.

- **Derularea programului de dezvoltare personală și optimizare psihocomportamentală:**

Programul a urmat o structurare metodologică care să răspundă pas cu pas obiectivelor cercetării. Prezentăm rezultatele conform ghidului metodologic experiențial elaborat și validat pe lotul de copii selectați.

## PRIMA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Deblocarea și motivarea pentru experiența de grup.  
**Exerciții suport pentru atingerea obiectivului:**

- **„Exercițiul numelui”**

- a. Scopuri:**
- realizarea unei prime cunoașteri a celorlalți;
  - eliminarea inhibițiilor datorate primului contact interrelațional;
  - trăirea unor stări afective pozitive.

**b. Tehnica utilizată:** jocul

**c. Descrierea exercițiului:**

- Varianta A: Copiii sunt așezați în picioare, în cerc. Terapeutul ține în mână un ursuleț de pluș. Fiecare participant, pe rând, va arunca ursulețul unei persoane din grup și-și va spune numele. Cel care primește ursulețul îl va arunca unei alte persoane și asta până când se va afla numele fiecăruia.

- Varianta B: Aceeași așezare. Fiecare, pe rând, va arunca ursulețul unui membru al grupului și acesta trebuie să-și spună numele când primește ursulețul.

- Varianta C: Aceeași așezare. Aceleași cerințe, numai că de data aceasta rostirea numelui va fi însoțită de o afirmație prin care fiecare trebuie să spună celorlalți ce-i place cel mai mult: „Mă numesc... și mie îmi place cel mai mult să...”.

La acest exercițiu participă și terapeutul pentru a stabili o relație apropiată, securizantă cu copiii. Prezența sa are menirea de a sparge toate barierele care provoacă inhibiția copilului și de a asigura o bună desfășurare a exercițiului.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

S-a realizat un prim contact ce a facilitat familiarizarea cu ceilalți, obținându-se în același timp detensionarea copiilor. Scopurile au fost atinse.

- **„Exercițiul salutului”**

- a. Scopuri:**
- facilitarea libertății de manifestare;
  - reducerea anxietăților, eliminarea inhibițiilor, descărcarea tensiunilor;
  - trăirea unor stări afective pozitive;

- realizarea unui contact verbal și nonverbal (prin atingere corporală) între membrii grupului.

**b. Tehnica utilizată:** jocul

**c. Descrierea exercițiului:**

- Partea I: Copiii sunt așezați în cerc. Fiecare trebuie să propună fie verbal, fie nonverbal o modalitate de a-i saluta pe ceilalți. Copiii se salută apoi între ei, utilizând formula propusă.

- Partea a II-a: Este luată spre experimentare, pe rând, fiecare formă de salut propusă anterior. Copiii se plimbă în spațiul camerei și atunci când se întâlnesc se salută conform modalității propuse.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Detensionarea a avut loc. Copiii râd, se simt bine. Din mimica lor se poate desprinde faptul că sunt curioși să afle ce se va întâmpla mai departe. Se înregistrează câteva contacte verbale, spontane între copii.

• **„Exercițiu de mișcare”**

**a. Scopuri:** - crearea unei atmosfere de grup pozitive prin uniformizarea trăirilor afective;

- facilitarea începerii creării coeziunii de grup prin omogenizarea trăirilor pozitive.

**b. Tehnica utilizată:** terapia prin mișcare și dans

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii sunt așezați în picioare, în cerc, ținându-se de mână. Fiecare propune, pe rând, câte o mișcare. Mișcarea propusă este executată de către fiecare participant, urmând ca apoi să fie executată de toți în același timp. Pe parcursul desfășurării exercițiului copiii trebuie să se țină permanent de mâini.

Și la acest exercițiu a participat și terapeutul pentru aceleași motive prezentate la exercițiului I.

Variantă: același exercițiu pe fond muzical se transformă în dansterapie centrată pe identificare și coeziune.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii au conștientizat faptul că în grup fiecare membru este acceptat, apreciat pentru ceea ce oferă el, pentru ceea ce este el.

De asemenea copiii au realizat faptul că li se oferă libertatea de manifestare, fără a fi condamnați, criticați pentru ceea ce ei propun, pentru ceea ce ei realizează.

S-au oferit și s-au primit încurajări.

S-a realizat o atmosferă relaxantă, de voioșie și bună dispoziție pe baza unei implicări totale a tuturor participanților în activitatea dansterapeutică percepută de copii ca un joc veritabil.

Se remarcă un început de inițiativă și spontaneitate la doi copii.

• **„Exercițiu pentru cunoașterea celui alt”**

**a. Scopuri:** - facilitarea interacțiunii interpersonale;  
- exersarea capacității de exprimare, relatare a unor fapte în prezența celorlalți, eliminarea tensiunilor;  
- obținerea unor informații mai complete despre ceilalți;  
- realizarea unei atmosfere deschise, securizante, propice comunicării autentice.

**b. Tehnica utilizată:** jocul și jocul de rol.

**c. Descrierea exercițiului:**

Așezați în semicerc, pe scaune, copiii sunt împărțiți în perechi față în față. Unul din fiecare pereche devine **A** și celălalt **B**. Pentru cinci minute, **A** este reporter și pune întrebări lui **B** încercând să afle cât mai multe informații despre acesta. Apoi, are loc inversarea rolurilor și astfel **B** devine reporter iar **A** este cel care oferă informații.

În final fiecare prezintă celorlalți informațiile aflate despre partenerul său. Acesta din urmă are dreptul la sfârșit să ofere celorlalți informații despre el, informații pe care consideră că ceilalți ar trebui să le știe.

Se permite celorlalți să adreseze întrebări.

Nu se admit intervențiile critice, acuzatoare. Ele sunt descurajate de terapeut utilizând ca metodă **jocul de rol**, specific psihodramei. Cel agresat este pus să joace rolul acuzatorului, în timp ce agresorul este pus să joace rolul victimei. Acestuia din urmă i se solicită să afirme cum se simte atunci când este brusc, agresat verbal.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii au reușit să se cunoască mai bine unii pe alții. Au descoperit că au unele pasiuni comune. Au simțit faptul că sunt **acceptați** în grup fără condiționare, sunt acceptați așa cum sunt (beneficiu de „creștere” afectivă).

Exercițiul a fost un bun prilej pentru ca fiecare copil să-și sporească încrederea în forțele proprii, să-și optimizeze implicit imaginea de sine, deoarece fiecare a prezentat celorlalți ceva, timp în care toți ceilalți îl ascultau cu atenție, dovedind respect și acceptare.

S-a creat astfel un climat securizant, deschis care să permită, pe viitor, o comunicare autentică.

S-au pus bazele unei motivații pozitive pentru viitoarea participare la ședințele de grup.

## A DOUA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Centrare pe relațiile afective și dezvoltarea empatiei;

**Exerciții suport pentru atingerea obiectivului:**

- „Exercițiul numelui”

- a. Scopuri:**
- reamintirea numelor celor din grup;
  - experimentarea diferitelor stări psihice și asocierea lor cu propriul nume;
  - autoconștientizarea propriilor trăiri;
  - exersarea capacităților empatice.

**b. Tehnica utilizată:** jocul, lucrul cu vocea și stările emoționale

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii sunt așezați în cerc în picioare. Fiecare, pe rând, își spune numele încercând să răspundă solicitărilor terapeutului. Acesta propune ca rostirea numelui să fie însoțită de o anumită stare pe care copiii trebuie să încerce să o trăiască. Astfel, terapeutul va cere fiecărui copil să-și rostească numele cu încredere. Are loc și o rostire a numelui realizată în același timp, asociată cu aceeași stare de către întreg grupul. Se experimentează rostirea numelui și în asociere cu următoarele stări: veselie, tristețe, curaj, teamă, umilință, mândrie.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii și-au putut reaminti numele colegilor lor. Mai important este faptul că prin acest exercițiu ei au avut posibilitatea să-și orienteze atenția spre propria persoană, să experimenteze anumite stări, să observe cum se simt în anumite situații pe care le trăiesc și le conștientizează, conform principiului de bază al terapiei experiențiale „aici și acum”. Acest exercițiu a fost o primă încercare în cadrul grupului de a-l determina pe copil să-și observe propriile trăiri, să se concentreze asupra propriei persoane, condiție fundamentală pentru autodezvoltare.

În acest timp copiii au avut posibilitatea de a trăi împreună anumite stări, fapt care ar putea provoca în plan interior insighturi cu privire la normalitatea acestor procese: e firesc să fie trist, vesel, mândru, umil, fiecare poate trăi în anumite momente ale vieții sale astfel de stări. Este aplicat astfel

un alt principiu de bază al terapiei experiențiale: activare-descoperire-deplasare către o problemă reală din viața individului.

Exercițiul a permis copiilor să observe timbrul vocii celorlalți care trădează sentimente de încredere, curaj, tristețe, mândrie, etc. Astfel ei au participat la un adevărat exercițiu de educare a capacităților empatice, având posibilitatea să experimenteze transpunerea personală în starea celuilalt. Este astfel exersată funcția cognitivă a empatiei. Identificarea stării celuilalt după o anumită sonoritate și timbru al vocii facilitează exersarea comunicării de tip empatic, cea care permite manifestarea unui comportament cooperant, de înțelegere reciprocă între parteneri.

Se pun astfel bazele unei bune comunicări interpersonale.

- „Exercițiul salutului”

- a. Scopuri:**
- crearea unei stări de bună dispoziție, energizantă;
  - facilitarea contactelor interpersonale verbale și nonverbale;
  - exersarea capacităților empatice.

**b. Tehnica utilizată:** dramatizarea

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii se plimbă în spațiul camerei. Terapeutul cere acestora ca atunci când se întâlnesc să experimenteze diferite forme de salut: să se salute ca niște oameni obosiți, încrezători, supărați, fericiți, etc. Sunt permise atât reacțiile verbale cât și cele nonverbale.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

S-au obținut din nou aceleași efecte descrise la exercițiul anterior: conștientizare a propriilor trăiri, observarea reacțiilor externe ale celorlalți aflați sub imperiul experimentării anumitor stări psihice (fericire, supărare, sentimente de încredere în sine, etc.) și deci exersarea capacităților cognitive comunicative.

Copiii au interacționat unii cu alții, iar rolurile pe care le-au avut de interpretat i-au dus la trăirea colectivă a unor stări afective pozitive care au deschis canalele de comunicare între membrii grupului. S-au pus bazele coeziunii de grup.

- „Lupta cu obstacolul”

- a. Scopuri:**
- exersarea disponibilității de a primi și oferi ajutor;
  - creșterea autostimei prin capacitatea de a-i ajuta pe alții;

- creșterea autoafirmării și cooperării;
- conștientizarea propriilor trăiri;
- antrenarea empatiei în relațiile interpersonale.

#### **5. Tehnica utilizată: jocul**

#### **c. Descrierea exercițiului:**

Copiii sunt așezați în cerc, ținându-se de mână. Unul dintre ei iese din cerc și se așează cu spatele la ceilalți, timp în care aceștia, fără a da drumul la mâini, trebuie să se combine, să se aranjeze în așa fel încât copilului din afara grupului să-i fie cât mai greu să refacă unitatea cercului.

#### **d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

S-a creat o atmosferă de bună dispoziție, facilitată mai ales de situația amuzantă în care sunt puși copiii: o rupere rapidă a unității cercului, o „construcție spontană” din corpurile lor, a unei dimensiuni fără nume în care spațiul personal e încălcat, poziția incomodă este resimțită de către toți participanții. Și cu toate acestea copii sunt fericiți pentru că ei se simt uniți, se simt puternici, iar construcția rapidă a ceea ce ei și-au propus le-a oferit satisfacție în foarte scurt timp.

Perspectiva recăpătării confortului personal îi face să nu fie ostili față de adversar (cel ce are sarcina de a reface unitatea cercului), primind ca pe o adevărată binecuvântare orice reușită a acestuia.

Au fost situații când „încurcăturile” s-au complicat și mai tare, fapt care a stârnit cascade de râs.

Buna dispoziție a dus la un început de formare a coeziunii și unității grupului. Au fost situații când protagoniștii au trebuit să fie stimulați de către terapeut pentru a oferi ajutor. Spontaneitatea interrelaționării în grup nu s-a obținut până la acest nivel al desfășurării întâlnirilor de grup. Copiii au conștientizat însă cât de important este să se ajute unii pe alții. Ei au înțeles că în acest fel satisfacția este resimțită atât de cel ce oferă ajutorul (creșterea autostimei) cât și de cel ce primește ajutorul (reducerea tensiunilor, anxietăților, sentimentelor de neputință în lupta cu obstacolul, trăirea sentimentelor de satisfacție o dată cu „câștigarea bătăliei”).

În timpul confruntării cu obstacolul, protagonistul a fost condus de către terapeut spre conștientizarea propriilor sentimente, trăiri în fața greutăților. Astfel, prin răspunsurile la întrebările terapeutului: „Cum te simți?”, „Ce părere ai?”, „Ce ai dori să faci acum?” s-au produs două fenomene esențiale. Pe de o parte cel în cauză era dirijat spre observarea a ceea ce se petrece în interiorul său „acum” când este pus într-o situație dificilă, iar, pe de altă parte, verbalizând ceea ce a descoperit în interiorul ființei sale făcea cunoscut celorlalți ceea ce simte el, tensiunile, neliniștile sale. Astfel toți ceilalți copii au avut ocazia ca într-un mod indirect să se transpună în situația celui alt, să compare modul în care cred ei că s-ar simți dacă ar fi în locul protagonistului

cu ceea ce simte, în mod real acesta. A fost posibilă astfel apariția unui fenomen de empatizare, reflectat în ofertele de suport comprehensiv și faptic pentru protagonist. Efectul a fost implicarea tuturor copiilor în „lupta cu obstacolul”, în refacerea unității cercului. S-a înfăptuit astfel și cooperarea între toți membrii, realizându-se chiar manifestarea unității grupului în fața dificultății.

Au fost înregistrate nenumărate situații de autoapreciere pozitivă datorită soluțiilor propuse, datorită ajutorului oferit, urmată implicit de o creștere a autostimei, de o creștere a imaginii de sine, de o întărire evidentă a încrederii în propriile capacități. A fost înlăturată, prin utilizarea jocului de rol, orice încercare de agresare verbală a celui alt. Cei în cauză au fost puși în condițiile opririi temporare a jocului și dirijării atenției tuturor asupra lor, să joace rolurile opuse (de agresor și agresat), să conștientizeze stările neplăcute datorate situației interrelaționale conflictuale. Astfel, prin descoperire, copiii au ajuns la conștientizarea efectelor benefice ale unei interrelaționări neconflictuale în cadrul grupului, a unei interacțiuni bazate pe o înțelegere empatică a celui alt, pe un climat tolerant, de respect mutual. Copiii au aderat la aceste norme de comunicare în grupul lor promovând mereu: respectul, înțelegerea, ajutorul reciproc, comunicarea verbală și nonverbală nonagresivă.

S-a remarcat o participare totală, deplină a tuturor copiilor în cadrul acestui exercițiu. Aceasta demonstrează faptul că plăcerea jocului resimțită de toți copiii a dus la uniformizarea trăirilor afective pozitive.

#### **• „Sculpturi din corpuri umane”**

- a. Scopuri:**
- focalizarea atenției asupra propriului corp;
  - conștientizarea conexiunilor dintre unele reacții fiziologice și trăirea anumitor stări psihologice;
  - conștientizarea grupului ca întreg și întărirea sentimentului de apartenență la grup;
  - focalizarea întregului grup pe rezolvarea în comun a unei sarcini;
  - facilitarea contactelor verbale și nonverbale.

#### **Scop metodologic:**

- observarea gradului de coeziune a grupului până în acest moment al desfășurării programului terapeutic.

#### **b. Tehnica utilizată: metafora corporală – tehnica „sculpturală” a posturii.**

#### **c. Descrierea exercițiului:**

Varianta A: Copiii se plimbă în spațiul camerei. La semnalul terapeutului ei trebuie să se oprească din mers și să realizeze din corpul lor o

statuie. Apar astfel în cameră douăsprezece „statui umane” care au sarcina de a-și orienta atenția spre propriul interior pentru a-și observa reacțiile fiziologice și trăirile, gândurile. Pe rând, fiecare statuie „capătă darul vorbirii” și verbalizează starea ei interioară.

Varianta B: Participanților li se cere să construiască din corpurile lor un grup statuar. Terapeutul permite desfășurarea contactelor verbale și nonverbale între membrii grupului în vederea rezolvării sarcinii primite.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Au fost realizate conștientizări ale propriilor trăiri realizându-se corelații între stările fiziologice și stările psihologice: „Sunt trist pentru că sunt foarte încordat”, „Sunt vesel, sunt puternic pentru că stau de parcă aș boxa”. Exercițiul a permis, din nou, antrenarea capacităților de autoexplorare și autoconștientizare.

Punerea în situații „paradoxe” pentru copii: a fi statuie și a avea viață, a creat acestora imaginea desfășurării unui joc, ceea ce a determinat o maximă participare, fiecare simțindu-se gratificat emoțional.

Confruntarea cu o problemă comună a tuturor participanților a condus la sporirea numărului interacțiunilor verbale și nonverbale. S-au exprimat idei, s-au afirmat opinii. S-a manifestat spiritul cooperant. Au existat manifestări de toleranță a unor comportamente de asertivitate a unor copii. S-a ajuns la o selecție finală care s-a dovedit a fi mulțumitoare pentru toți participanții. Au existat remarci pline de umor la adresa „producției de grup”. Atmosfera a fost de voieșie și bună dispoziție chiar dacă unii s-au implicat mai mult iar alții mai puțin, fapt care ne îndreptățește să credem că a sporit cu ajutorul acestui exercițiu coeziunea grupului. Acesta este beneficiul cel mai important – faptul că și-au demonstrat unii altora că pot comunica ca un întreg, ca o totalitate, fără a se agresa unii pe alții, manifestând comportamente de toleranță, înțelegere, apreciere a celorlalți.

Astfel, grupul se afirmă încă o dată ca un spațiu securizant, de acceptanță necondiționată a fiecăruia.

Grupul statutar este o metaforă a coeziunii grupului care începe să se dezvolte.

Interpretând metafora, am putea spune că ea exprimă dorința copiilor de a fi împreună, de a găsi suport emoțional unul în celălalt, de a învăța, de a „crește”, de a se dezvolta împreună. Metafora este o dovadă a speranței pe care copiii și-o pun în acest grup, speranța găsirii liniștii personale, rezolvării conflictelor personale, trăirii unor clipe plăcute, gratificante.

• **„Afisul grupului”**

- a. Scopuri:**
- creșterea gradului de coeziune a grupului prin centrarea pe o sarcină comună;
  - trăirea unor stări afective pozitive;
  - manifestarea liberei inițiative;
  - facilitarea comunicării verbale și nonverbale;
  - exersarea și optimizarea capacităților de relaționare.

**Scop metodologic (diagnostic experiențial):**

- observarea gradului de coeziune a grupului realizat până în momentul desfășurării acestui exercițiu exprimat metaforic în desen; evidențiat de înregistrarea video care surprinde relațiile interrelaționale dintre copii.

**b. Tehnica utilizată:** artterapia, desenul ca tehnică expresivă.

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii sunt așezați în jurul unei mese. Pe masă se află o bucată de carton mare, albă, creioane colorate.

Toți copiii contribuie la realizarea desenului colectiv cu tema „grupul nostru”.

Este descurajată orice intervenție critică, acuzatoare. Sunt încurajate cooperarea, înțelegerea.

După realizarea afișului copiii trebuie să-i găsească un titlu.

Terapeutul apreciază pozitiv, în finalul exercițiului, rezultatul muncii copiilor, gratificând verbal comportamente care au facilitat o bună comunicare.

În final este realizată o discuție cu toți participanții pe tema muncii în grup, subliniindu-se avantajele acesteia precum și condițiile favorizante ei.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

S-a remarcat o ușoară inhibiție, o întârziere în începerea activității, fapt absolut normal deoarece experiența comună a membrilor grupului este destul de redusă.

S-au remarcat unele comportamente asertive, de luare a deciziilor și o tendință de dirijare a celorlalți, la doi dintre participanți (Iustin și M.). Tendințele agresive au fost temperate de către terapeut care a atras de partea sa întregul grup, impunând un comportament cooperant, care să ofere însă libertatea de exprimare a fiecărui copil. Cei doi au aderat și ei la aceste tipuri de manifestări.

Au apărut unele rezistențe concretizate în întârzierea începerii propriului desen și observarea atentă a celorlalți membrii ai grupului. Această rezistență a fost explicată de chiar subiecții în cauză, că se datorează faptului că „nu știu cum să deseneze un om”. A apărut astfel teama înconștientă de a nu fi ridiculizat, de a nu fi criticat. Terapeutul, atrăgând grupul de partea sa, a reușit



să îi deblocheze pe cei trei copii care au primit încurajări din partea celorlalți pentru a desena „așa cum pot ei”.

S-au manifestat comportamente cooperante.

Prin deblocarea lor s-a produs spargerea rezistențelor mai mari sau mai mici instalate și la nivelul celorlalți copii. Cu toții au conștientizat din nou caracterul securizant al grupului, bazat pe înțelegere, cooperare, suport emoțional, stimulator pentru relaționările interpersonale, pentru libertatea de manifestare a fiecăruia.

S-a produs astfel, ceea ce gestaltiștii consideră a fi un principiu de bază în manifestarea proceselor de grup-gestalt, „extensia conștientizării de grup”.

Descoperirea unui climat de acceptanță, securizant pentru propria persoană s-a obiectivat în reacțiile spontane prin care copiii au atribuit nu un singur titlu ci mai multe afișului lor, și în discuțiile libere, intervențiile spontane ale majorității membrilor grupului cu privire la temă: munca în grup.

Copiii au conștientizat că pentru a reuși o activitate în grup trebuie să existe înțelegere, cooperare și înțajutorare, respect și acceptare a celui alt. Se poate spune că au descoperit împreună unele norme ce duc la o bună comunicare în cadrul grupului. (v. note - desenul 65).

## A TREIA SESIUNE

**Obiectivele sesiunii:** Cunoaștere și intercunoaștere;  
Coeziune și creativitate.

**Exerciții suport pentru atingerea obiectivelor:**

### • „Exercițiul confruntării cu o situație dificilă”

- a. Scopuri:**
- trăirea sentimentelor de apartenență la grup;
  - experimentarea frustrării determinată de sentimentul respingerii prin nonapartenență la grup;
  - autoperceperea gândurilor și sentimentelor într-o situație dată;
  - confirmarea și stimularea în grup a asertivității;
  - facilitarea relaționării și creșterea coeziunii grupului;
  - trăirea unor stări afectiv-motivaționale pozitive;
  - autodezvăluirea unor trăsături caracteriale.

**b. Tehnici utilizate:** terapia prin joc

**c. Descrierea exercițiului:**

**Varianta A:** Un copil se oferă voluntar pentru a fi protagonistul acestui exercițiu. Ceilalți alcătuiesc un cerc ținându-se strâns de mâini. Protagonistul stă în centrul cercului și va trebui să încerce să iasă din cerc. Se formează astfel două tabere inegale din punct de vedere al forțelor.

**Varianta B:** Protagonistul se află de data aceasta în afara cercului.

În acest exercițiu toți componenții grupului vor experimenta rolul protagonistului și vor fi ghidați de terapeut spre conștientizarea propriilor trăiri, gânduri în timpul confruntării cu „obstacolul”.

Terapeutul încearcă să mobilizeze grupul pentru a oferi suport, încurajări verbale celui care încearcă să-și soluționeze problema actuală.

### **d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Exercițiul a pus, prin cerința sa, copilul într-o situație problemă. De aceea reacția copilului poate fi considerată o proiecție a propriului mod de acțiune, a se comporta în viața reală atunci când se confruntă cu o situație conflictuală.

Prin aplicarea tehnicii de focalizare pe propria persoană, terapeutul l-a provocat pe copil la un comportament de autorecunoaștere, de autoconștientizare a propriilor modalități de acțiune. Acesta a avut prilejul astfel să observe dacă acțiunile sale sunt eficiente sau nu. I s-a oferit, de asemenea, posibilitatea de a adopta și experimenta noi atitudini, conduite și comportamente într-un context în care teama de risc nu poate fi invocată.

Așadar, pe lângă o autoconștientizare și autodezvăluire a propriilor căi de acțiune, a avut loc și un proces de evaluare a acestora, de învățare, descoperire de noi modalități de acțiune.

Astfel copilul este singurul care acționează asupra sa, încercând să se schimbe în vederea unui comportament adaptativ mai bun. În acest mod copilul devine responsabil pentru propria dezvoltare și este pus în aplicare și respectat un alt principiu care stă la baza proceselor de grup experiențiale: folosirea experimentului de grup de către un lider care se implică.

Verbalizând strategiile lui de acțiune, protagonistul a oferit celorlalți participanți ocazia de a-și compara propriile strategii de abordare a unei probleme cu ale lui. În felul acesta copiii și-au putut restructura, și în mod indirect, anumite modalități de acțiune în situații dificile, învățând, preluând câte ceva de la ceilalți. Apoi au avut ocazia să-și experimenteze vechile și noile achiziții. S-au produs astfel insight-uri la nivelul conștiinței fiecărui participant.

Au experimentat atât sentimentul plăcut al apartenenței la grup care inspiră siguranță, încredere în sine cât și sentimentul frustrant al respingerii, al deznădejdii ca rezultat al confruntării pe cont propriu cu obstacolul.

Exercițiul a permis trăirea unor stări de mobilizare, de autoreîntărire a încrederii în sine care i-au permis fiecăruia să învingă obstacolul, precum și

trăirea sentimentelor de satisfacție create de doborârea obstacolului. S-a asigurat astfel, de fiecare dată, gratificarea comportamentului.

S-a creat o adevărată cooperare între membrii grupului pentru a oferi susținere, încurajare fiecărui participant. Au trăit împreună bucuria reușitei creându-se astfel o adevărată unitate de simțire a grupului.

În urma acestor exerciții au crescut spontaneitatea, calitatea relaționării, autenticitatea și coeziunea grupului.

#### • Grup statutar „Mașina umană”

- a. Scopuri:**
- facilitarea contactelor interpersonale;
  - declanșarea unor trăiri afective pozitive;
  - creșterea autoafirmării și cooperării;
  - creșterea coeziunii grupului;
  - stimularea resurselor creative.

**b. Tehnica utilizată:** jocul simbolic (metafora posturală)

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii trebuie să construiască împreună, din toți membrii grupului o „mașină umană” care să aibă șase picioare pe pământ și două mâini.

În ridicarea acestei construcții trebuie să se implice toți participanții.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Sarcina fiind destul de grea la o primă vedere, a solicitat multe discuții și încercări de ridicare a construcției. Pentru copii a fost un bun prilej de interacțiune, de afirmare a propriilor idei, opinii. De asemenea procesul creării „mașinii” a determinat apariția a numeroase situații hazlii care au produs bună dispoziție în rândul participanților. Terapeutul a stimulat comportamentele cooperante, tolerante și a moderat apariția oricărui comportament agresiv. Au fost încurajați de către terapeut să-și afirme ideile și copiii mai timizi, și cei cu tendințe de manipulare. De asemenea copiii au fost susținuți în exprimarea unui număr cât mai mare de idei, de soluții. Au fost astfel stimulate și resursele creative.

În procesul de construcție toți copiii au trăit aceleași sentimente de frustrare și gratificare realizând astfel o unitate a grupului la nivelul planului afectiv. Satisfacția a fost foarte mare atunci când au reușit să ridice „o mașină umană” care să respecte cerințele impuse.

În final copiii au conștientizat și verbalizat alte efecte pozitive ale muncii în grup: „Am participat toți”; „În grup dacă participă toți apar cât mai multe idei”; „Cu cât sunt mai multe idei cu atât este mai bine pentru că avem de unde alege”.

Acest exercițiu l-a apropiat din nou pe copii, i-a făcut să se simtă bine împreună. S-a amplificat astfel dorința de a fi împreună, de a se întâlni și a-și petrece timpul împreună. Aceasta este o dovadă a faptului că a crescut coeziunea grupului.

## A PATRA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Activarea și optimizarea resurselor creative și integrative.  
**Exerciții suport pentru atingerea obiectivelor:**

#### • „Exercițiu de mimodramă”

- a. Scopuri:**
- stimularea expresivității verbale și nonverbale;
  - antrenarea capacităților empatice;
  - trăirea unor stări afective pozitive.

**b. Tehnica utilizată:** terapia prin mișcare

**c. Descrierea exercițiului:**

Terapeutul propune copiilor să formeze un cerc. Fiecare, pe rând, va trebui să prezinte celorlalți starea lui de moment, utilizând mimica și pantomima. Pentru a oferi timp de gândire participanților și pentru a face exercițiul mai antrenant se propune ca exteriorizarea unei stări să se facă după două bătăi din palme realizate în același timp de toți membrii grupului. Copiii trebuie să identifice starea protagonistului. După mai multe încercări de recunoaștere sau după identificarea corectă a stării, toți participanții încearcă să imite mimica, gestica protagonistului și să trăiască starea acestuia.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Exercițiul a oferit copiilor posibilitatea de a se transpune într-un mod substitutiv în starea celui alt. Ei au experimentat o anumită stare și au asociat-o cu o anumită expresivitate corporală.

Exercițiul a oferit copiilor posibilitatea realizării unui antrenament empatic dirijat care a avut avantajul validării unei experiențe empatice sigure, de calitate și într-o unitate de timp scurtă.

De asemenea caracterul antrenant al exercițiului a favorizat manifestarea spontaneității și inițiativei. Faptul că soluțiile și propunerile venite din partea copiilor apar în mod spontan, fără intervenția terapeutului, dovedește că aceștia se simt bine în grup, îl consideră un spațiu de siguranță ce permite libertatea propriei manifestări. Toate acestea dovedesc și o coeziune crescută a grupului.

A fost antrenată și exersată capacitatea de observare atentă a comportamentului celuilalt. Copiii au conștientizat faptul că pot să afle multe despre celălalt numai urmărindu-i mimica, gestică, postura. Ei au ajuns la concluzia că atunci când identifici corect starea celuilalt știi cum să comunici cu el astfel încât să obții o bună relaționare.

- „**Exercițiu de creație**”

**a. Scopuri:**

- stimularea expresivității și creativității;
- dezvoltarea capacității de a oferi suport comprehensiv, empatic, stimulativ în relațiile interpersonale;
- confirmarea și stimularea în grup a asertivității, a importanței personale pentru ceilalți;
- realizarea proceselor de provocare și proiecție cu scopul producerii insighturilor restructurante.

**b. Tehnici utilizate:**

- modelaj în plastilină – tehnică artterapeutică;
- povestirea – tehnică experiențial-expresivă.

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii modelează în plastilină diferite obiecte. Realizează apoi o povestire cu elementul construit. Se realizează și o povestire colectivă care cuprinde toate construcțiile realizate de ei.

În final se prezintă impresiile referitoare la modul în care au lucrat în cadrul acestui exercițiu, învățămintele desprinse în urma desfășurării exercițiului.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

În prima parte a exercițiului nu s-au înregistrat blocaje. Fiecare copil a început să lucreze imediat după ce i s-a spus ce trebuie să facă.

S-a manifestat comportamentul cooperant, de înțrăjutorare, copiii dovedindu-se foarte implicați în a oferi sprijin celorlalți, mai ales doi dintre ei (A și N).

Modelajul în plastilină a oferit copiilor libertatea de expresie. Ei au modelat ceea ce au vrut, ceea ce s-au priceput să modeleze. Temele au fost alese în funcție de dorințele și trebuințele lor de manifestare. Implicarea tactică dar și kinestezică a răspuns nevoii lor de acțiune, de mișcare.

Crearea unei povestiri pe baza elementului modelat a ridicat însă unele probleme emoționale și blocaje în cazul unor copii. Aceasta s-a datorat probabil și faptului că era prima oară când trebuiau să prezinte celorlalți verbal activitățile lor. La doi copii a fost nevoie ca terapeutul să mai acorde timp de gândire, trecând între timp la solicitarea altor copii. Exprimarea greoaie, lipsa

de fluentă și, uneori, chiar incoerența, sunt o dovadă a gradului ridicat de emotivitate pe care l-au avut copiii.

Dar se poate considera că exercițiul a avut un efect benefic pentru copii, finalizându-se cu reușita verbalizării poveștii de către fiecare. O contribuție importantă a avut-o grupul prin comportamentul său comprehensiv și stimulativ. Gratificările exprimate prin aplauze după fiecare povestire au adus un sentiment de mulțumire personală fiecărui copil, de creștere a autostimei.

Pentru unii copii atât modelarea în plastilină cât și povestirea au constituit un bun prilej de descărcare emoțională, de proiecție a propriilor nevoi, trebuințe.

Punerea în comun a elementelor modelate și introducerea lor într-o singură povestire a creat din nou sentimentul apartenenței la grup, de dezvoltare a capacității de a oferi suport comprehensiv, empatic, stimulativ în relațiile interpersonale.

Copiii s-au simțit mulțumiți pentru că au reușit să facă o povestire împreună, pentru că au spus glume, pentru că fiecare a avut posibilitatea de a-și exprima propria opinie. Ei au apreciat faptul că au putut coopera și s-au putut inspira din ideile celorlalți.

Au conștientizat că au învățat cum să muncească în grup, să se respecte unii pe alții, să se ajute, să facă schimb de idei.

Exprimarea individuală, dar și posibilitatea de exprimare colectivă oferită de tehnicile artterapeutice utilizate au răspuns unor nevoi oarecum paradoxale ale copiilor. Pe de o parte a fost satisfăcută, prin procesul de creație, trebuința de valorizare, de recunoaștere a capacității lor personale, și pe de altă parte nevoia de identificare cu grupul, de omogenizare a performanțelor care mențin sentimentul de securitate, de acceptanță necondiționată a propriei persoane de către restul grupului.

## A CINCEA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Abilitarea pentru o mai bună comunicare în general și cu părinții în special.

**Exercițiul suport pentru atingerea obiectivului:**

**a. Descriere:**

Acesta este un exercițiu de vizualizare. Terapeutul cere copiilor să-și găsească o poziție comodă, să închidă ochii și să-și imagineze ceea ce le spune el. Pe un fond de relaxare, terapeutul induce copiilor un mic scenariu în care aceștia se proiectează în viitor, cam la vârsta părinților lor, având în grijă un

copil de 10 ani (v. vârsta copiilor de clasa a IV-a) care într-un cadru ce a fost ales de fiecare în parte, manifestă un comportament care îi supără/deranjează. Trebuind să răspundă la întrebarea „Oare ce să fac? Cum să mă port cu copilul meu acum?”, participanții au posibilitatea să-și creeze propriul scenariu de intervenție educativă pentru copilul neastâmpărat. La revenirea din relaxare, sunt invitați să-și imagineze că, în mod miraculos, copiii devin și în realitate „părinți”.

„Acum voi sunteți părinții din vis. Ați venit la o întâlnire cu alți părinți să le spuneți ce vi s-a întâmplat și cum v-ați gândit să rezolvați problema cu părinții.” Se introduce astfel dramatizarea terapeutică.

Fiecare copil prezintă celorlalți visul său. Apoi fiecare își va juca propriul rol din „vis”. După interpretarea spontană a „visului”, terapeutul, utilizând ca tehnică interogația-ghid, cere fiecărui protagonist să verbalizeze ce a simțit atunci când a jucat rolul, ce crede că a simțit celălalt. La această analiză pot interveni, reacționând într-un mod empatic și ceilalți copii.

Este permisă și inversarea rolurilor și jucarea pe baza aceluiași scenariu a altor tipuri temperamentale și caracteriale ale personajelor.

**b. Tehnici utilizate:** metafora terapeutică

dramaterapia (jocul de rol)

**c. Efecte obținute în urma aplicării exercițiului:**

Exercițiul a permis copiilor să-și orienteze din nou atenția asupra propriei persoane, să-și autoperceapă propriile simțiri, propriile gânduri, ca și pe cele ale „rolurilor” parentale introiectate sau dezirabile.

Prin jocul de rol s-a putut înfăptui o transpunere substitutivă în psihologia unui personaj realizându-se astfel un proces de formare a copiilor în scopul înțelegerii altora.

Prin dramatizare, copiii au experimentat noi atitudini, conduite și comportamente, fără teamă de risc.

Au descoperit prin autoinspectare și prin analiza altora care sunt mecanismele ce acționează în cadrul comunicării dintre oameni. Au conștientizat factorii care au facilitat o bună comunicare și care au fost cei care au dus la o comunicare tensionată și chiar la întreruperea acesteia (dacă așteptările nu coincid se ajunge la conflict: minciuna, obrăznicia în relațiile părinți – copii duc adesea la conflict).

Au perceput diferite raporturi de comunicare existente între părinți și copii.

S-au experimentat astfel conflicte intra și interpersonale, precum și aspirații, dorințe și așteptări, deoarece jocul de rol a determinat realizarea fenomenelor de provocare și proiecție la nivelul fiecărui individ. S-au produs astfel descărcări emoționale și insighturi restructurante.

S-a realizat în acest mod o experiență comună de transfigurare, de maturizare afectivă, cognitivă și comportamentală.

Exercițiul a permis nenumărate situații de exprimare a propriilor opinii fapt care a dus la creșterea autonomiei, la valorizarea și recunoașterea capacităților personale și a resurselor de care dispune fiecare.

S-a exersat și expresivitatea verbală. Acceptarea opiniilor, a diferențelor dintre ele, inexistența criticii a dus la creșterea cursivității și coerenței verbale care a avut drept urmare și ea sporirea asertivității.

Atmosfera degajată, implicarea totală a copiilor, interpretarea cu umor a diferitelor roluri a determinat strângerea și mai puternică a relațiilor existente între membrii grupului.

## A ȘASEA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Optimizarea comportamentului rezolutiv creativ în grup.  
**Exercițiul suport pentru atingerea obiectivelor:**

**a. Descriere:**

Copiii au la dispoziție hârtie glasată, hârtie creponată, lipici, globuri pisate, etc. Terapeutul le cere să realizeze cu aceste materiale o lucrare comună. Tema trebuie să și-o stabilească ei.

După realizarea temei, fiecare copil trebuie să-și aleagă un element din lucrare și să încerce să se identifice cu el (metafora terapeutică). Copilul protagonist trebuie să verbalizeze cum se simte în pielea acelui element, ce-și dorește el; are dreptul să-și modifice poziția, să comunice dacă vrea cu orice alt element de pe planșă. Grupul va încerca să satisfacă doleanțele protagonistului și chiar să intre în dialog cu el, utilizându-se astfel jocul de rol.

Grupul va da în final un titlu lucrării sale.

**b. Tehnici utilizate:**

- artterapia – tehnica colajului;
- dramaterapia – jocul de rol;
- metafora terapeutică.

**c. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii au putut experimenta fenomenul luării deciziei în cadrul unui grup informal. Ei au descoperit că e bine să se propună întâi cât mai multe teme, după care să aleagă una astfel încât să satisfacă doleanțele întregului grup.

Exercițiul a oferit posibilitatea exercitării unor relații de cooperare și întraajutorare. S-a remarcat chiar prezența frecventă a acestor tipuri de

manifestări. A existat o permanentă comunicare verbală și nonverbală între membrii grupului, crescând vertiginos numărul inițiativelor verbale.

Orice tentativă de agresare a celuilalt, lucru destul de firesc datorită caracteristicilor de vârstă, a fost reprimată de data aceasta nu de terapeut, ci de copiii din grup, fapt ce demonstrează însușirea unor norme de comunicare optimă, existența sentimentului de respect și apreciere a celuilalt.

Exercițiul a permis copiilor libertatea de manifestare, stimularea potențialului creativ, exersarea expresivității nonverbale.

S-au realizat din nou fenomene de proiecție și exprimare emoțională în condițiile în care fiecare copil s-a identificat cu un element. S-au produs dezvoltări și insight-uri în urma unor intervenții dramaterapeutice.

Deosebit de relevant este cazul Otiliei.

T: „Tu, cine ești, aici în colaj?”

O: „Globulețul.”

T: „Cum te simți, tu, globulețule?”

O: „Bine. În aer mă legăn de crenguța bradului.”

T: „Ce vezi tu de acolo de sus?”

O: „Cadourile jos și văd când vine Moș Crăciun.”

T: „Ce simți când vine Moș Crăciun?”

O: „Vreau să-l rog să-mi aducă niște prieteni lângă mine, alte globuri.”  
(*Transpare aici dorința Otiliei de a nu fi singură, de a primi compania celorlalți. Tot aici iese la iveală strategia maladaptativă a Otiliei: îmi doresc prieteni, dar nu îi caut eu, aștept să vină ei la mine: „să-mi aducă Moș Crăciun”.)*

T: „Păi atunci, Moș Crăciun o să-ți îndeplinească dorința. Nu-i așa?”  
(*Terapeutul se adresează grupului și la îndemnul său copiii vin, transpunându-se în rolul globurilor și se așează în jurul Otiliei - transpunere dramatică de efect în reducerea sentimentului de izolare.*)

O: „Mă simt bine. Sunt veselă că sunt aproape de mine.” (*Are loc conștientizarea stării emoționale create de prezența celorlalți.*)

T: „Ce-ai dori să faci acum?”

O: „Să le întreb de unde au venit.”

Copiii (*spontan*): „Ne-a adus Moș Crăciun.”

O: „Și să le povestesc cum am ajuns eu aici.”

T: „Ia povestește-le!”

O: „Pe mine m-au luat părinții copiilor din magazin, am stat un an sus, pe dulap, în cutie și anul acesta m-au dat jos și m-au agățat din nou în pom.”  
(*vorbește despre ea simbolic, în ipostaza de glob.*)

T (*către celelalte globuri*): „Voi vreți să o întrebați ceva?”

Copiii: „Cum te-ai simțit acolo în brad?”

O: „Singură. Eram cu beteala lângă mine, dar nu puteam să discut atâtea cu ea. Eu vorbesc mai bine cu globulețele.”

Copiii: „Cum ai putut să stai în brad singură, fără să vorbești cu nimeni?”

O: „Am suportat.”

T: „Călin, te rog să te îndepărtezi puțin de ceilalți. Tu ești globuleț acum, ești singur în pom. (*se transpune*) Ce simți?”

C: „Mă simt tot singur, trist și aș dori un prieten.”

T: „Ce-ai vrea să faci?”

C: „Să merg să-l găesc.”

T: „Moș Crăciun, cu bagheta lui magică, îți dă puțința de a pleca, de a-ți alege singur locul. Ce-ai face acum?”

C: „M-aș duce la ceilalți (*se duce către ceilalți care-l primesc cu căldură*).”

T: „Cum te simți acum?”

C: „Bine, nu mă mai plictisesc.”

Otilia, alegându-și globulețul, proiectează de fapt singurătatea ei. Ea are în jurul său adulți (tatăl este foarte autoritar), dar nu și copii de vârsta ei. Ea este deosebit de timidă și nu prea inițiază contacte verbale deși și-ar dori. Călin i-a arătat că dacă vrea să nu mai fie singură trebuie să meargă să-și caute prieteni. Ulterior tendința ei la izolare a scăzut simțitor.

A fost un exercițiu care a permis fiecăruia accesul la autodescoperire prin întâlnirea cu celălalt, oferind condiții pentru creșterea încrederii în sine, revalorizarea propriei persoane și a calității întregului grup.

Gradul mare de satisfacție pe care l-au avut copiii s-a reflectat în dorința ca fiecare copil să dea câte un titlu lucrării, să-l scrie și să-și pună semnătura pe afișul realizat.

## A ȘAPTEA SESIUNE

**Obiectivul ședinței:** Autoreglarea și dezvoltarea personală  
**Exerciții suport pentru atingerea obiectivelor:**

### • Exercițiu de „sculptură corporală”

- a. **Scopuri:**
- exersarea capacităților de autoexplorare;
  - conștientizarea conexiunilor dintre anumite stări fiziologice și anumite stări psihologice;
  - stimularea expresivității și creativității;
  - antrenarea capacităților empatice.
- b. **Tehnica utilizată:** metafora corporală - tehnica sculpturală;

### **c. Descrierea exercițiului:**

Exercițiul se desfășoară pe perechi A – B.

Varianta 1: A îl modelează pe B. B trebuie să verbalizeze care este starea lui interioară în postura de statuie.

A se așează în fața lui B în aceeași poziție cu a acestuia (oglinda posturală) și verbalizează care este starea lui interioară.

Se inversează apoi rolurile.

Varianta 2: A își alege o poziție, spune ce simte, iar B încearcă să-l imite în postură pe A și să experimenteze stările acestuia.

Se inversează apoi rolurile.

### **d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Atenția copilului a fost îndreptată asupra propriului interior. Acest exercițiu continuă seria exercițiilor ce vizează obișnuirea copilului de a se autopercepe, de a se analiza, de a fi conștient de sine.

A prilejuit de asemenea continuarea antrenamentului empatic prin încercarea de a se transpune în starea celuilalt.

A fost implicată creativitatea realizându-se libertatea de expresie prin modelarea sculpturii.

În prima variantă se conștientizează efectele intervenției în viața cuiva (de a modela, de a induce, de a impune). Se dezvoltă capacitatea de a înțelege reacțiile altora la comunicările de tip manipulativ.

În varianta 2 se dezvoltă cunoașterea emoțională, intuiția, empatia.

### **• „Dans”**

- a. Scopuri:**
- antrenarea comunicării senzoriale;
  - descărcarea tensiunilor și reenergizarea organismului;
  - stimularea expresivității corporale.

**b. Tehnica utilizată:** terapia prin dans și mișcare

### **c. Descrierea exercițiului:**

Varianta A: Așezați pe perechi A-B, cu palmele lipite, față în față.

Pe muzică, cu ritm gradat, de la cel lent până la rapid, A trebuie să impună mișcări lui B.

Se inversează rolurile.

Se verbalizează cele simțite în timpul exercițiului.

Varianta B: Pe un fond muzical alcătuit dintr-o îmbinare de ritmuri lente și rapide copiii au prilejul de a se mișca, de a dansa liber.

### **d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii au conștientizat ce simt ei atunci când sunt conduși de alții sau când își afirmă propria autoritate. Altfel spus, și-au autoperceput reacțiile în

situații de supunere și de impunere a propriei voințe. Au fost unii care au observat că se simt mult mai bine atunci când sunt conduși de alții decât atunci când trebuie să fie ei cei care iau conducerea. Alții au trăit sentimente gratificante în ambele situații.

Unii au observat o armonizare între mișcările lor și cele ale celuilalt partener.

S-a experimentat și ceea ce înseamnă comunicare senzorială. Copiii au perceput intențiile, dorințele celuilalt prin intermediul simțurilor și nu prin utilizarea limbajului.

În cadrul discuțiilor s-au remarcat spontaneitatea, asertivitatea, exprimarea liberă, necenzurată.

Toți au simțit bucuria mișcării, stărea de bucurie datorate fondului muzical.

În varianta B a exercițiului, în urma analizei casetei video s-a putut observa cum la un moment dat încep să-și armonizeze mișcările unii cu alții, în final muzica reușind să-i adune pe toți la un loc. S-a creat astfel omogenizarea trăirilor, adunarea tuturor „sufletelor” într-unul singur, armonie, sufletul grupului, fapt care dovedește existența unui mare grad de coeziune a grupului.

O dovadă în plus este faptul că pe durata întregului fragment muzical, majoritatea s-au deplasat de la unul la altul încercând să-și armonizeze mișcările, pe rând, cu fiecare membru al grupului.

Datorită stării de bine trăite a avut loc o descărcare a tensiunilor și reenergizarea organismului.

## **A OPTA SESIUNE**

**Obiectivul sesiunii:** Trăirea unei experiențe comune de autoactualizare, transfigurare, maturizare afectivă, cognitivă și comportamentală.

**Exercițiu suport pentru atingerea obiectivelor:**

### **a. Descriere:**

Copiii compun împreună o poveste cu douăsprezece personaje. Povestea este apoi dramatizată.

- b. Tehnici utilizate:**
- povestea – ca mijloc provocator;
  - dramaterapia – punerea în scenă a poveștii.

### **c. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Copiii au creat o poveste care surprinde întâlnirea dintre patru cosmonauți pământeni, aflați în misiune pe planeta Marte și locuitorii acesteia. Povestea inițială a fost doar un punct de plecare, de stârnire a creativității și



spontaneității. Luându-și în serios rolul de „marțian” sau „cosmonaut pământean”, copiii au interacționat și au ajuns, după o perioadă de tatonări, de încercări de intrare în dialog a celor două tabere, la conflict.

Acesta a fost declanșat de dorința pământenilor de „a-i testa” pe marțieni, lucru care i-a deranjat foarte tare pe aceștia.

Copiii au fost sfătuiți de terapeut să ajungă la un compromis, să discute unii cu alții în fiecare tabără și să vină la dialog cu propuneri de înțelegere (să negocieze).

A fost un adevărat spectacol deoarece, dată fiind natura agresivă a copiilor la această vârstă, ei au ajuns nu numai la ceartă ci și la agresarea, bruscarea celuilalt.

Lăsându-le ceva timp de manifestare pentru a-și consuma energia, terapeutul s-a văzut nevoit să introducă formula „*stop cadru*”, cerându-le copiilor să se transforme în statui. În astfel de situații de liniște aveau loc discuții scurte cu privire la ce s-a întâmplat și ce ar trebui făcut să se evite situațiile conflictuale la care s-a ajuns.

Copiii nu au fost în stare să ajungă la o soluție pașnică. În schimb, faptul că au alergat în tot spațiul sălii, „*au spionat*”, „*au făcut fotografii*”, „*au căzut prizonieri*”, „*au evadat*”, „*au testat și s-au lăsat testați*”, le-a creat o stare de bună dispoziție, au avut posibilitatea să-și descarce tensiunile, să uite de problemele lor, să trăiască din plin fantezia jocului.

Terapeutul a recurs în final la o întâlnire cu moderator între cele două tabere. Fiecare participant a avut posibilitatea să-și exprime opiniile, sentimentele cu privire la ceea ce s-a întâmplat. S-a produs astfel o confirmare și stimulare în grup a asertivității, a importanței personale pentru ceilalți, a recunoașterii capacităților personale și a resurselor de care dispune fiecare. Acest lucru a dus la creșterea imaginii de sine, a spontaneității și la optimizarea capacităților relaționale.

S-a observat că nu au fost respectate în totalitate regulile unei bune comunicări deoarece implicarea afectivă în cadrul exercițiului a fost puternică la toți participanții, fapt care i-a impulsionat pe toți să-și afirme propriile nemulțumiri. De aceea a fost nevoie de intervenția terapeutului pentru a da pe rând cuvântul fiecăruia. Doar diferențele temperamentale i-au făcut pe unii să fie mai activi decât ceilalți.

Este important faptul că singuri au ajuns la găsirea unei soluții optime pentru situația dată: o întâlnire unde se discută în liniște, cu calm și prietenie.

Copiii au fost puși în situația să experimenteze această nouă soluție găsită de ei. Singuri au conștientizat că au aflat foarte multe informații în acest fel și că, de data aceasta, toată lumea s-a simțit mulțumită.

Astfel, copiii au avut prilejul să trăiască o anumită situație în care au fost implicați cognitiv, volitiv și mai ales afectiv, exercițiul devenind astfel

scena unui proces dinamic de creștere împreună, de transfigurare, de maturizarea afectivă, cognitivă și comportamentală.

## A NOUA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Activarea și optimizarea expresivității și creativității, autoafirmării și cooperării, capacităților empatice.

**Exercițiu suport pentru atingerea obiectivelor:**

### a. Descriere:

Se pornește de la un exercițiu de fantazare. Cu ochii închiși, copiii sunt îndrumați de terapeut să-și imagineze țara minunată în care ar vrea să stea. Să observe cu atenție toată această țară și să aleagă ceea ce îi place fiecăruia cel mai mult. Acest lucru va trebui să fie modelat în lut.

Se realizează apoi o prezentare a elementelor, utilizându-se o poveste.

Se realizează transpunerea în unul din elementele create și se prezintă celorlalți țara minunată. Se realizează o poveste colectivă cu toate elementele.

**b. Tehnici utilizate:** artterapia – modelaj în lut;

povestirea – tehnică experiențial expresivă; dramaterapia.

### c. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:

Efectele au fost cam aceleași ca la exercițiul din ședința a patra cu deosebirea faptului că s-au înregistrat o mai bună cooperare, o mai clară și coerentă expunere a poveștii. Nu s-au mai întâmpinat blocaje. S-au manifestat din nou proiecții ale lumii copiilor în elementele modelate și în povestirile construite. S-a oferit din nou posibilitatea manifestării asertivității, recunoașterii personale a fiecărui individ și deci revalorizarea imaginii de sine.

Povestea construită în comun dovedește mai multă unitate și coerență decât cealaltă.

Performanțele grupului s-au îmbunătățit. S-a glumit mult realizându-se astfel o adevărată terapie prin râs care a avut ca efect detensionarea și instalarea unor stări de bine.

Ceea ce aduce nou acest exercițiu este faptul că fiecare copil este pus în situația de a se transpune în obiectele, personajele create de el și de a prezenta țara sa minunată. El proiectează astfel toate dorințele sale conștiente și inconștiente. S-au explorat și rezolvat conflicte intrapsihice concomitent cu producerea unor fenomene de catharsis.

În felul acesta copilul are posibilitatea unei trăiri afective intense prin faptul că pentru câteva minute se poate afla, ce-i drept într-un mod fantezist, în această lume minunată a lui.

## A ZECEA SESIUNE

**Obiectivul sesiunii:** Fixarea și amplificarea calității achizițiilor comportamentale anterior activate.

**Exerciții suport pentru atingerea obiectivelor:**

- **„Cutia magică”**

**a. Scopul:** - autoexplorarea cu scopul producerii insight-urilor restructurante;

- antrenarea capacităților de relaționare și comunicare.

**b. Tehnica utilizată:** metafora terapeutică

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii au posibilitatea de a lua dintr-o cutie magică orice calitate pe care și-o doresc și de care cred că au nevoie. Tot cutia magică e dispusă să primească trăsături umane pe care copiii consideră că le au și de care vor să scape. În final fiecare participant spune ce simte și cum gândește o persoană care a primit tot ceea ce și-a dorit și a aruncat tot ceea ce era rău sau de prisos.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

S-au înregistrat dificultăți în a preciza ce calități umane și-ar dori să aibe. Aceasta nu dovedește o insuficientă cunoaștere de sine, ci mai degrabă o insuficientă cunoaștere a cumului de calități umane existente, datorită vârstei.

Exercițiul s-a dovedit a fi o reușită atunci când copiii au dat cu plăcere cutiei să depoziteze în ea acele calități de care vor să scape: răutate, egoism, invidie, mândrie, lenevie, ură, minciună, lăcomie.

S-au simțit cu totul alte persoane după ce „au aruncat tot ceea ce era mai rău în ei”. S-a creat o stare de optimism generalizată, de aspirații spre o existență mai bună, propice gratificării proprii persoane.

S-a remarcat din nou acea cursivitate în exprimare semn al anxietății reduse, datorată efectului de grup, precum și o bună comunicare între membrii.

- **„Lupta cu obstacolele”**

**a. Scop:** - autoexplorarea cu scopul producerii insighturilor restructurante;

- dezvoltarea capacității de a face față obstacolelor externe (relaționale), dar implicit și interne (blocarea resurselor).

**b. Tehnica utilizată:** terapia prin joc simbolic

**c. Descrierea exercițiului:**

Copiii sunt așezați în cerc, iar protagonistul în mijlocul cercului. Cu câte o mână pe capul protagonistului toți încep să acționeze ca o forță mică, dar puternică asupra acestuia. Fiecare participant, pe rând, devine protagonist. Se urmăresc reacțiile protagoniștilor, se verbalizează modul în care aceștia s-au simțit.

**d. Efectele obținute în urma aplicării exercițiului:**

Sunt conștientizate diferite strategii, metode de acțiune a copiilor când se confruntă cu obstacolul.

Copiii descoperă și experimentează noi atitudini, noi modalități de acțiune.

Exercițiul permite o învățare directă și indirectă, din propriile acțiuni și reflecții, dar și din observarea manifestărilor celorlalți.

Climatul destins, relaxant prilejuiește o învățare prin joc. În cadrul discuțiilor din final se punctează posibilitățile de luptă cu greutățile în viața reală: „*Ne luptăm cu ele și dacă vedem că tot nu reușim trebuie să nu renunțăm*”, „*Să nu ne lăsăm bătuți*”, „*Să nu ne lăsăm copleșiți*”. Interesantă e afirmația lui I: „*Dar dacă problema e foarte, foarte grea pentru noi, trebuie să știm să ne retragem*”.

- **„Afîșul grupului”**

Este realizat cu scop metodologic de validare a experimentului de grup pentru a fi supus apoi unei analize calitative care să reflecte unele schimbări înregistrate la nivel grupal după desfășurarea întregului program terapeutic. (v. note - desenul 66)

Desfășurarea sesiunilor de grup nu s-a realizat la întâmplare. Astfel în primele trei sesiuni am urmărit utilizarea acelor tehnici care să permită crearea unei atmosfere securizante, de acceptanță necondiționată, capabilă să promoveze deschiderea fiecărui copil către ceilalți, cunoașterea și intercunoașterea, trăirea unor stări afective pozitive comune.

Următoarele sesiuni au permis, datorită dezvoltării unei puternice coeziuni a grupului, observată deja din a patra întâlnire, înfăptuirea unui program de autoreglare și dezvoltare personală, de optimizare comportamental-relațională, accentul punându-se pe procesele de conștientizare și autoconștientizare.

Analiza rezultatelor furnizate de cele patru mijloace prin care s-a realizat evaluarea efectelor modulului de optimizare comportamentală redau faptul că participanții au înregistrat câștiguri/progrese la nivelul stimei de sine, asertivității, comunicării verbale și nonverbale, cooperării, inițiativei,

creativității, spontaneității, umorului. S-au îmbunătățit capacitățile de relaționare și integrare socială.

Pentru a observa dacă există sau nu diferențe semnificative între frecvențele fiecărui tip de comportament înregistrate, pe bandă video, la începutul și la sfârșitul programului de optimizare am utilizat testul  $|t|$  pornind de la următoarea ipoteză statistică:

$H_0$ : Nu există diferențe semnificative între frecvențele comportamentelor înregistrate la începutul programului și frecvențele comportamentelor înregistrate la sfârșitul programului.

Concepte	Comportamente	Valoarea testului $ t $	Pragul de semnificație
Asertivitate	1) își afirmă propriile opinii	$ t  = 11,93$	$p = .001$
	2) inițiază acțiuni	$ t  = 25,03$	$p = .001$
Relaționare și comunicare interpersonală	3) inițiază contacte verbale	$ t  = 16,18$	$p = .001$
	4) inițiază contacte nonverbale	$ t  = 60,08$	$p = .001$
	5) participă la acțiunile grupului	$ t  = 13,00$	$p = .001$
	6) oferă ajutor	$ t  = 12,85$	$p = .001$
	7) primește ajutor	$ t  = 11,46$	$p = .001$
	8) comunică expresiv	$ t  = 54,24$	$p = .001$
	9) îi împinge pe ceilalți	$ t  = 1,00$	$p = .339$
	10) îi critică pe ceilalți	$ t  = 0,00$	$p = .001$
	11) vorbește pe un ton ridicat	$ t  = 1,00$	$p = .339$
	12) spune ce simte celălalt	$ t  = 10,98$	$p = .001$
Empatie	13) își sincronizează mișcărilor, trăirile cu ale celuilalt	$ t  = 81,06$	$p = .001$
Autocunoaștere	14) își exprimă propriile stări, trăiri afective	$ t  = 17,70$	$p = .001$

Valoarea tabelară pentru  $|t|$  la  $p=0,001$  pentru 12 subiecți este 3,930.

Valorile obținute de noi la majoritatea comportamentelor sunt mai mari de 3,930, deci putem infirma ipoteza nulă. Se evidențiază așadar diferențe semnificative în plan comportamental la finalul experienței de grup.

După cum se observă, ipoteza nulă nu se respinge la nivelul a trei tipuri de comportamente, pragul de semnificație spunându-ne că valoarea calculată a lui  $|t|$  este nesemnificativă. Dacă observăm cu atenție, acestea denotă un comportament relațional agresiv. Două tipuri de explicații pot fi date aici. Pe de o parte, grupul a fost structurat în așa fel încât manifestarea comportamentelor agresive să nu fie permisă. Prin intermediul jocului de rol s-a încercat bararea oricăror acte agresive. Pe de altă parte, aceste comportamente reflectă anumite trăsături de personalitate cu tendințe la structurare, anticipând probabil viitoare tulburări de comportament. Se speră ca prin efectul de compensare, optimizarea și potențarea comportamentelor de integrare și afirmare adecvată, prosocială (v. parametri: 1-8, 12-14) să se creeze în timp o mai bună integrare și un control sporit al respectivelor tendințe agresive.

Obținerea unor diferențe semnificative destul de mari la ceilalți parametri demonstrează faptul că pe parcursul programului de optimizare au fost frecvent stimulate: asertivitatea care asigură o bună integrare și care corelează cu o imagine de sine pozitivă, relaționarea și comunicarea interpersonală bazate pe o relevantă cooperare și înțajutorare reciprocă.

Cât de bine își observă, cunosc și evaluează părinții copiii? Cât de mult continuă ei să proiecteze în odraslele lor propriile dorințe și neîmpliniri? Cu toate acestea ei pot confirma sau infirma, din perspectiva relației lor cu copilul, achizițiile, modificările comportamentelor personale ale acestuia dobândite pe parcursul și la finalul experienței de grup.

După cum am afirmat deja, la începutul programului de dezvoltare personală părinții copiilor au primit o fișă de evaluare ce cuprindea un număr de 18 parametri cărora trebuia să li se acorde o notă pe scala 0, 2, 4, 6, 8, 10. Parametrii trebuiau notați la începutul programului de optimizare, urmând ca apoi părinții să-și observe copiii pe întreaga perioadă a întâlnirilor de grup conform parametrilor din fișa de evaluare și la sfârșitul programului să-i noteze din nou. (v. Anexa 2)

Datorită faptului că datele obținute în urma completării fișelor de evaluare de către părinți sunt neparametrice vom utiliza ca instrument statistic neparametric proba Wilcoxon pentru date perechi.

Emitem ipoteza diferenței nule:

$H_0$ : Nu există diferențe semnificative între scopurile obținute la prima evaluare și cele obținute la cea de-a doua evaluare.

Rezultatele obținute în urma prelucrării sunt următoarele:

Parametri de analiză	Valoarea calculată a lui $ z $	Pragul de semnificație
1) încredere în sine	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
2) emotivitate	$ z  = 2,6656$	$p = .0077$
3) impulsivitate	$ z  = 2,3664$	$p = .0180$
4) spontaneitate	$ z  = 2,6656$	$p = .0077$
5) independență în acțiune	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
6) conformism	$ z  = 1,1767$	$p = .2393$
7) cooperare	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
8) sinceritate	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
9) sociabilitate	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
10) ușurință în comunicare	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
11) inițiativă	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
12) respect pentru ceilalți	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
13) afirmarea propriilor opinii	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
14) simțul umorului	$ z  = 2,9341$	$p = .0033$
15) exprimarea propriilor emoții	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
16) agresivitate	$ z  = 2,5205$	$p = .0117$
17) conștient de propriile resurse	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$
18) asumarea responsabilității	$ z  = 3,0594$	$p = .0022$

Ținând cont atât de pragul de semnificație, cât și de valoarea calculată a lui  $|z|$ , putem afirma că  $H_0$  nu se respinge în cazul parametrilor: 2, 3, 4, 6, 16 (emotivitate, impulsivitate, spontaneitate, conformism și agresivitate).

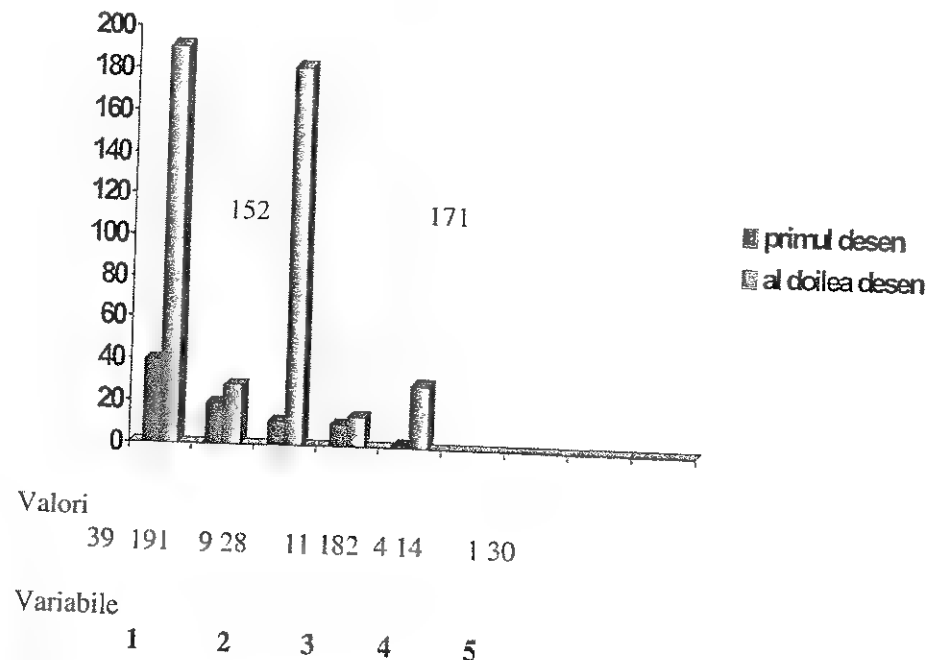
Putem însă infirma ipoteza diferenței nule în cazul celorlalți parametri: încredere în sine, independență în acțiune, cooperare, sinceritate, sociabilitate, ușurință în comunicare, inițiativă, respect pentru ceilalți, afirmarea propriilor opinii, simțul umorului, exprimarea propriilor emoții, conștiința a propriilor resurse, asumarea responsabilității.

Se remarcă astfel o creștere semnificativă a capacităților de relaționare și integrare socială.

Analiza comparativă a celor două desene ale grupului, realizate la începutul și sfârșitul programului este relevantă pentru confirmarea efectelor pozitive pe care modulul de optimizare psihocomportamentală l-a avut asupra copiilor.

Parametri de analiză	Primul desen	Al doilea desen	Diferențe
Numărul elementelor desenate	39	191	152
Desene separate prin granițe	9	28	19
Desene întrepătrunse (fără granițe)	11	182	171
Numărul titlurilor date afișului	4	14	10
Existența elementelor umoristice	1	30	29

Redăm mai jos reprezentarea grafică a diferențelor existente între cele două desene:



Legendă: 1 = numărul elementelor desenate  
2 = desene separate prin granițe  
3 = desene întrepătrunse  
4 = numărul titlurilor date afișului  
5 = existența elementelor umoristice

După cum se observă diferențele pentru fiecare parametru în parte sunt destul de mari, excelând parametrii 1 și 3.

Existența unei diferențe de 152 de elemente între primul și al doilea desen este o dovadă că pe parcursul întregului program au fost antrenate și dezvoltate resursele creative ale copiilor. Creativitatea colectivă este rezultatul cooperării și al unei bune relaționări între membrii grupului. Cum productivitatea creativității de grup a fost deosebit de mare la nivelul celui de-al doilea desen, afirmăm că, într-adevăr, programul realizat a dus la creșterea capacităților relaționale și integrative ale copiilor, facilitatoare de performanță.

Ca indicatori ai cooperării intergrupale sunt și parametrii 2 și 3. Deosebit de importantă considerăm a fi diferența dintre numărul desenelor întrepătrunse (fără granițe) existente în primul și al doilea desen. Este vorba de o diferență de 171 de elemente care ne dă dreptul să credem că, urmând programul de optimizare comportamentală, copiii au înregistrat un salt fantastic în domeniul relaționării fiind capabili de a realiza contacte umane ce le vor permite o bună integrare (coeziune, unificare, toleranță, deschidere, flexibilitate).

Ni se pare a fi foarte interesant să ne oprim asupra diferenței înregistrate la nivelul elementelor umoristice ce apar în desen. Aceasta este de 29 de elemente și îndrăznim să afirmăm că este o creștere relevantă. Ea dezvoltă deschiderea copiilor către celălalt, deschidere ce a favorizat productivitatea creativității intergrupale și instalarea cooperării, a unei relaționări empaticе și, în consecință, pozitivă, a optimismului și schimbării perspectivei asupra vieții.

Afirmațiile copiilor sunt de asemenea semnificative pentru evidențierea reușitei programului de dezvoltare personală și optimizare relațională, program perceput de copii ca aducându-le „o mare bucurie”, „uitarea tuturor necazurilor”, „o recreere a creierului de atâta învățătură”.

*E: „Eram bucuroasă să vin la grup pentru că mă jucam și simțeam că sunt foarte apropiată de colegi. Aceștia erau pentru mine ca niște frați și mă făceau să mă simt bine, ca într-o familie.”*

*A: „Eram veselă când eram la grup pentru că eram acolo cu copiii și atunci nu mă mai simțeam singură.”*

*N: „Am învățat că trebuie să-i ascultăm pe ceilalți și să ne jucăm împreună.”*

*E: „Am învățat să ne respectăm, să-i lăsăm pe alți copii să vorbească, să vorbim pe rând, să vorbim cu calm. Să nu fim răi cu colegii. Să-i ajutăm pe cei care au nevoie, să dăruim celorlalți din ceea ce avem noi, să-i facem să zâmbească.”*

*I: „Grupul m-a făcut să mă port mai frumos, mi-a mai dezvoltat puțin mintea, am auzit niște lucruri noi, am învățat cum să mă joc cu ceilalți, că pot să fac mai multe lucruri împreună cu ceilalți. Am învățat cum să verific ce-i cu ei, cum se simt ei, cum să aflu dacă mă mint. Se cunosc toate după fața lor.”*

*O: „Am învățat lucruri bune: să ne salutăm, să fim generoși față de alți oameni, cum să mă comport cu colegii, să formulăm povești și... mai multe.”*

*C: „Am înțeles că dacă vreau să obțin ceva nu trebuie să mă bat ci să vorbesc frumos.”*

*I: „Nu le mai vorbesc părinților cu voce tare pentru că așa pot obține mai multe de la ei.”*

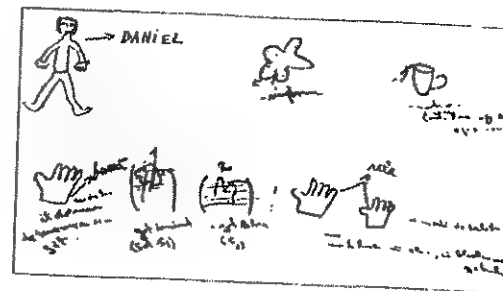
Efectele programului inițiat au fost relevate și de comportamentele copiilor observate în cadrul colectivelor școlare de proveniență.

Succesul înregistrat de acest program deschide calea inițierii și a altor programe de dezvoltare psihocomportamentală a copiilor din clasele primare. Ghidul metodologic prezentat poate fi privit ca un punct de plecare pentru orice psiholog avizat în utilizarea tehnicilor experiențiale în vederea organizării și implementării în școală a unor programe care să urmărească transfigurarea, maturizarea cognitivă, afectivă, și volitivă a personalității copiilor, altfel spus dezvoltarea armonioasă în plan psihocomportamental a acestora.

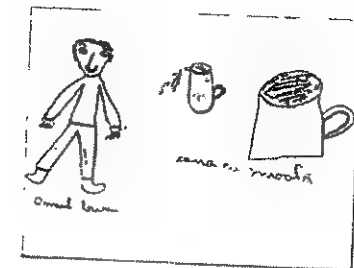
# NOTE

## CAZUL 1 - ANDREI

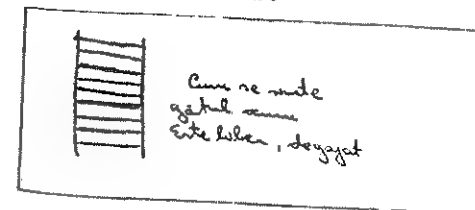
Desenul 1



Desenul 2



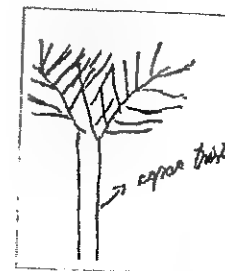
Desenul 3



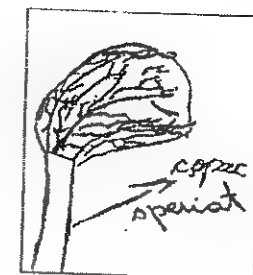
Desenul 4



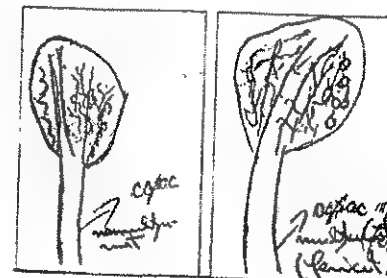
Desenul 5



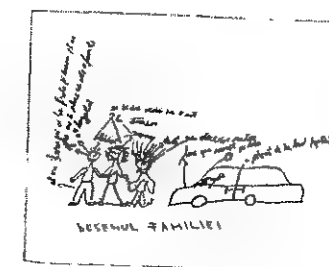
Desenul 6



Desenul 7

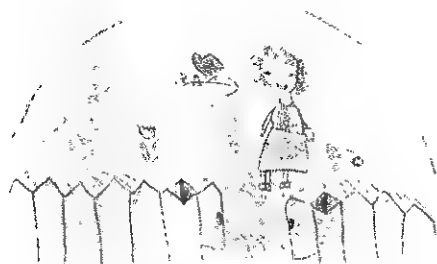


Desenul 8





Desenul 9



Desenul 10



Desenul 11

TIU



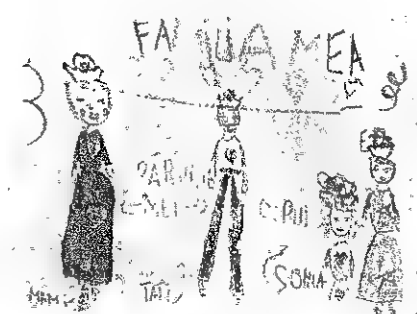
Desenul 12



Desenul 13



Desenul 14



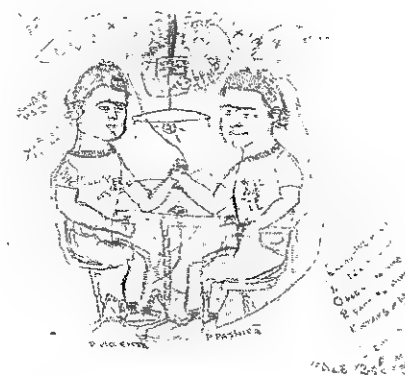
# CAZUL 4 - ANA

Desenul 15



# CAZUL 5 - CLAUDIU

Desenul 16



Desenul 17



Desenul 18



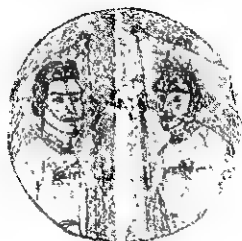
Desenul 19



Desenul 20



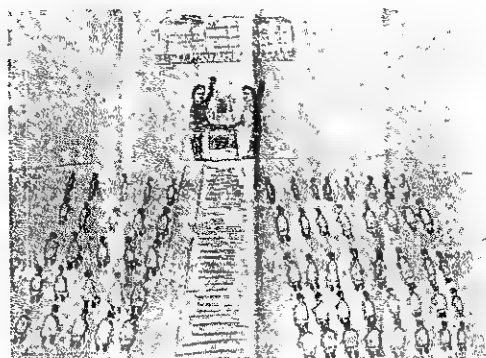
Desenul 21



Desenul 22



Desenul 23



Desenul 24

Co → m venit L. 47

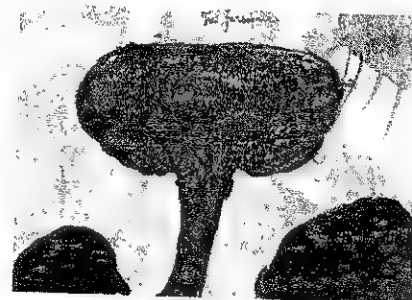


Cum se vede în prima ordine  
de timp

Desenul 25



Desenul 26



Desenul 27



Familia prin scribina

Desenul 28



Cum se vede în ultima  
ordine de timp

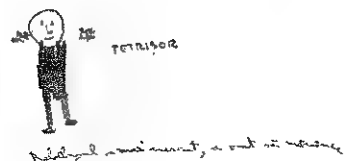
Desenul 29



Desenul 30



Desenul 31



Desenul 32



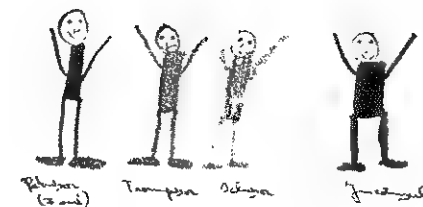
Desenul 33



Desenul 34



Desenul 36



Desenul 37



Desenul 38



Desenul 39



Desenul 40

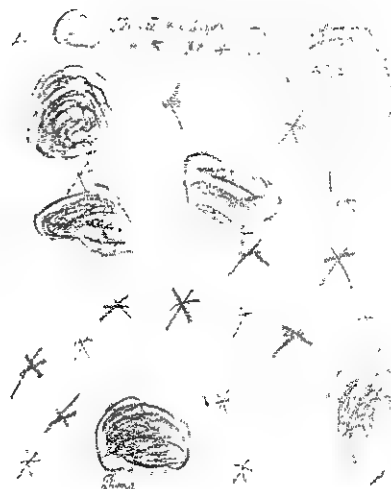


Desenul 41

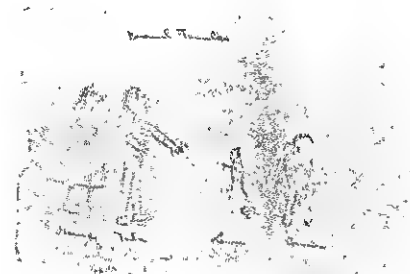
Autoportret



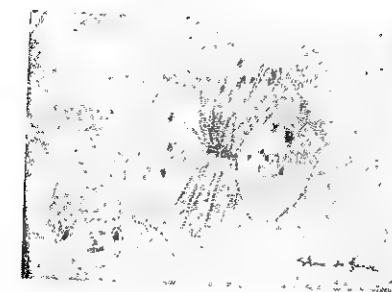
Desenul 42



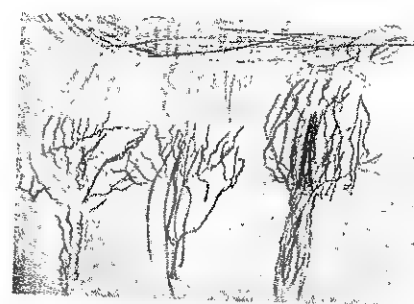
Desenul 43



Desenul 44



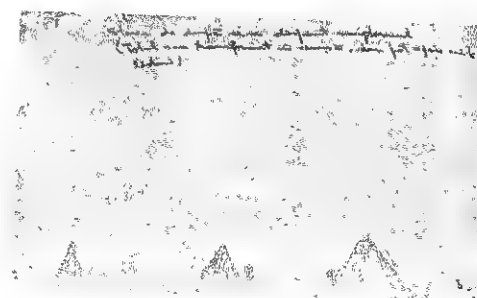
Desenul 45



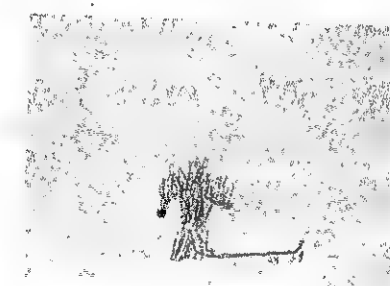
Desenul 46



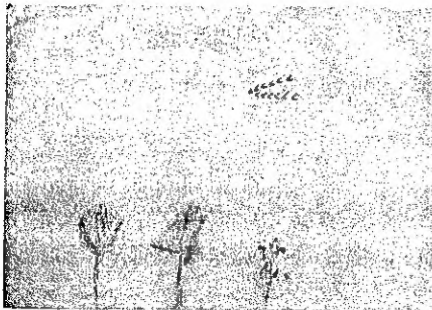
Desenul 47



Desenul 48



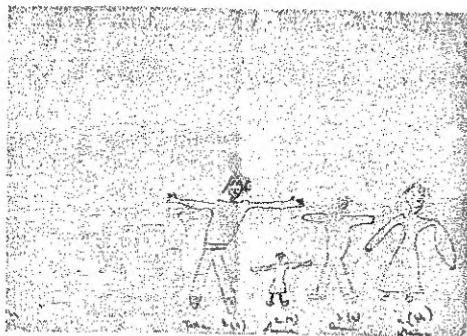
Desenul 49



Desenul 50

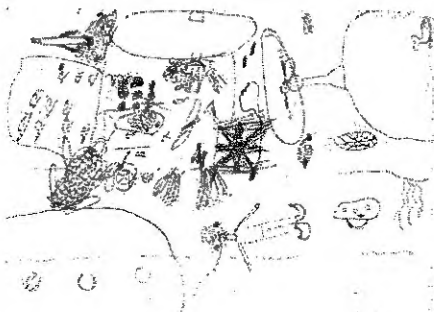


Desenul 51

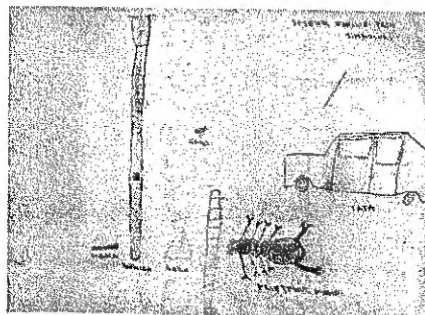


# CAZUL 9 - GABRIEL

Desenul 52



Desenul 53



## PRIMUL DESEN - AFIȘUL GRUPULUI -



A complex, hand-drawn sketch by a child, featuring numerous figures, animals, and objects. The drawing is filled with text labels in various languages, including English, Spanish, and French. Key elements include a large figure in the center, a small figure in the bottom left, and various animals like a rabbit and a bird. The drawing is signed "M. 1970" in the bottom right corner.

1. American Psychiatric Association (1994) – *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4th edition), Washington, D.C. Author.
2. Asociația Psihiatrilor Americani (1987) - *Manualul pentru diagnosticul și statistica tulburărilor mintale*, editat de Asociația Psihiatrilor Liberi din România (1993).
3. Axline V.M. (1993) – *Play Therapy*, Houghton Mifflin Company, Canada.
4. Barkley, Russel A., Ph.D. (1991) - *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A Clinical Workbook*, The Guilford Press, New York, U.S.A.
5. Bender N.William (1993) - *Learning Disabilities: Best Practice for Professionals*, Read Publishing Inc., U.S.A.
6. Bettelheim B. (1976) – *Psychanalyse des contes de fees*, Robert Laffont, Paris.
7. Bodreault M., Thivierge J., Cote R., Boutin P., Julien J., Bergeron S. (1988) - *Cognitive Development and Reading Achievement in Pervasive - ADD and Control Children*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, vol. 29, nr. 5.
8. Boria G. (1996) – *Spontaneitate și întâlnire*, trad. de Fermata Jude, Universitatea de Vest, Timișoara.
9. Breen M.J. (1989) - *Cognitive and Behavioral Differences în ADHD Boys and Girls*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, vol. 30, nr. 5.
10. Buckman R. (1988) – *I Don't Know to Say ... How to Help and Support Someone Who is Dying*, London: papermac.
11. Byrd W. (1989) – *Counseling and Children*, Word Publishing NY.
12. Corey G. (1988) – *Groups - Process and Practice*, Brooks/Cole Publishing, Corey, L., Company, Monterey, California.
13. Corte E., Weinert F. (1996) - *International Encyclopedia of Developmental and Instructional Psychology*, Pergamon.
14. Cosmovici A., Iacob L. (1998) - *Psihologie școlară*, Editura Polirom, Iași.
15. Cucu-Ciuhan G. (2000) - *Psihologia școlarului mic: dezvoltare normală, psihopatologie și psihoterapie*, Ed. Sylvi, București.
16. Cucu-Ciuhan G. (2000) - *Hiperactivitatea cu deficit de atenție la copil: o abordare psihoterapeutică*, Teză de Doctorat, Universitatea București.
17. Dobsen K.S., Kendall P.C. (1993) - *Psychopathology and Cognition*, Academic Press Inc., London.
18. Drama in therapy (1981), Volume I, Children Drama Book Specialists NY.
19. Dreikus R. (1974) – *Family Council*, Chicago, Henry Regnery.
20. Dumas J. (1992) - *Conduct Disorders*, în "Handbook of Clinical Behavior Therapy", Wiley Interscience, New York, USA.



21. Dwivedi K.N. (1996) - *Group Work with Children and Adolescents*, Jessica Kingsley Publishers, London and Bristol, Pennsylvania.
22. Eiser C. (1990) - *Chronic Childhood Disease. An Introduction to Psychological Theory and Research*, Cambridge University Press.
23. Fergusson D.M., Howood L.J., Lynskey M.T. (1993) - *The Effects of Conduct Disorder and Attention Deficit in Middle Childhood on Offending and Scholastic Ability at Age 13*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, vol. 3, nr. 6.
24. Gelder M., Gath D., Mayou R. (1994) - *Tratat de psihiatrie Oxford*, ediția a II-a, Asociația Psihiatrilor Liberi din România și Geneva Initiative on Psychiatry.
25. Ghiran (1991) - *Psihiatria copilului și adolescentului*, Universitatea de Medicină și Farmacie, Cluj-Napoca.
26. Gleeson D., Parker D. (1989) - *Hyperactivity in a Group of Children Referred to a Scottish Child Guidance Service: A Significant Problem*, The British Journal of Educational Psychology, 61, nr. 2.
27. Gordon D. (1978) - *Therapeutic Metaphors*, Cupertino, Meta Publications, California.
28. Guido B., Custoldi L., Maggi L. (1993) - *Systemic Psychotherapy with Families, Couples and Individuals*, Jason Aronson Inc. Northvale, New Jersey, London.
29. Holdevici I. (1995) - *Autosugestie și relaxare*, Editura Ceres, București.
30. Ionescu G. (2000) - *Psihiatrie clinică - standardizată și codificată*, Editura Univers Enciclopedic, București.
31. Judd D. (1993) - *Communicating With Dying Children*, in D. Dickenson, M. Johnson (ed.), *Death, Dying and Bereavement*, London: Open University Press and Sage Publications.
32. Jung C.G. (1996) - *Psihologie și alchimie*, Editura Teora, București.
33. Kazdin A. (1985) - *Treatment of Antisocial Behavior in Children and Adolescents*, The Dorsey Press, Illinois.
34. Kepner J. (1987) - *Body Process: A Gestalt Approach to Working with the Body in Psychotherapy*, New York, Gardner Press.
35. Kernberg P.F., Chazan S.E. (1991) - *Children with Conduct Disorders. A Psychotherapy Manual*, Basic Books, Harper - Collins Publ.
36. Kestenbaum C., Williams D. (1988) - *Handbook of Clinical Assessment of Children and Adolescents*, New York University Press, USA.
37. Lane D., Miller A. (1997) - *Child and Adolescent Therapy: A Handbook*, Open University Press, Buckingham.
38. Leve R.M. (1993) - *Child and Adolescent Psychotherapy*, Allyn and Bacon Publishing NY, USA.
39. Lerner J. (1989) - *Learning Disabilities: Theories, Diagnosis and Teaching Strategies*, Fifth Edition, Houghton Mifflin, USA.
40. Levy F.J. (1995) - *Dance and Other Expressive Art Therapy*, Routledge, New York, London.
41. Linn E. (1990) - *One Hundred Fifty Fact About Grieving Children*, Incline Village, The Publisher's Mark.
42. Luk L.S., Laung P.W.L. (1989) - *Conners Teacher's Rating Scale - A Validity Study in Hong-Kong*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, vol. 30, nr. 5.
43. Malekoff A. (1997) - *Group Work with Adolescents. Principles and Practice*, The Guilford Press, New York, London.
44. Mills J., Crowley R. (1986) - *Therapeutic metaphors for children and the child within*, Brunner/Mazer Publishers NY.
45. Minuchin S. (1976) - *Families & Family Therapy*, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts.
46. Mitrofan I. (coord.) (2000) - *Orientarea experiențială în psihoterapie. Dezvoltare personală, interpersonală, transpersonală*, Editura Sper, București.
47. Mitrofan I. (coord.) (1997) - *Psihoterapia experiențială. O paradigmă a autostructurării și dezvoltării personale*, Editura Infomedica, București.
48. Mitrofan I., Buzducea D., (1999) - *Psihologia pierderii și terapia durerii*, Editura Albeda.
49. Mitrofan I., Mitrofan N. (1991) - *Familia de la A... la Z. Mic dicționar al vieții de familie*, Editura Științifică și Enciclopedică, București.
50. Mitrofan I., Mitrofan N. (1997) - *Elemente de psihologia cuplului*, Editura Șansa SRL, București.
51. Mitrofan I., Nuță A. (1999) - *Jocurile conștiinței sau Terapia Unificării*, Editura Sper, București.
52. Mitrofan N. (coord.) (1994) - *Aspecte psihologice privind delicvența juvenilă, în „Psihologie judiciară”, Casa de editură și presă „ȘANSA” S.R.L., București.*
53. Moody R.A., Moody C.P. (1991) - *A Family Perspective: Helping Children Acknowledge and Express Grief Following the Death of a Parent*, Death Studies, 15: 587-602.
54. Nuță A. (1999) - *Inter-realitatea. Psihoterapie și spectacol dramatic*, Editura Sper, București.
55. Oaklander V. (1988) - *Windows to our children: a gestalt therapy approach to children and adolescents*, The Gestalt Journal Press, Highland NY.
56. Oancea C. (1989) - *Psihoterapia infantilă, în Predescu V.: „Psihiatria”, Volumul I, București, Editura Medicală.*
57. Obrzut J.E., Hydn G.W. (1991) - *Neuropsychological Foundations of Learning Disabilities: Handbook of Issues, Methods and Practice*, Academic Press Inc., London.
58. Paleg K., Jongsma Jr. A.E. (2000) - *The Group Psychotherapy Treatment Planner*, J. Willy & Sons Inc., New York.

59. Parker H.C., Ph.D. (1988) - *The ADD Hyperactivity Workbook for Parents, Teachers and Kids*, A.D.D. Ware House, Florida, U.S.A.
60. Parker H. (1986) - *The ADD Hyperactivity Workbook for Parents, Teachers and Kids*, Impact Publications Inc., Florida.
61. Rappaport J.L., Jamond D.R. (1996) - *DSM-IV Training Guide for Diagnosis of Childhood Disorders*, Brunner/Mazee, USA.
62. Romilă A. (1997) - *Psihiatrie*, Asociația Psihiatrilor Liberi din România, București.
63. Rubin J.A. (1984) - *Child Art Therapy - Understanding and Helping Children Grow Through Art*, Van Nostrand Reinhold Company NY.
64. Schaefer Ch. (1988) - *Innovative Interventions in Child and Adolescent Therapy*, Irving B. Weiner Editor, New Jersey.
65. Schaefer D., Lyons C. (1983) - *How Do We Tell the Children?*, Newmarket Press, New York.
66. Schatter G., Courtney R. (1981) - *Drama in Therapy*, Vol. I, New York, Drama Book Specialists (Publishers).
67. Schutz W. (1969) - *Joy Expanding Human Awareness*, New York, Ever Green Black Hat.
68. Sheleen L. (1983) - *Theatre pour devenir... autre*, Editura Epi, Paris.
69. Sillamy N. (1991) - *Dictionnaire de la psychologie*, Larousse, Paris.
70. Slavin L.A., O'Malley, Koocher J.E., Foster D.J. (1982) - *Communication of the Cancer Diagnosis to Pediatric Patients: Impact on Long-term Adjustment*, American Journal of Psychiatry, 139:179.
71. Stanton J.K. (1992) - *An introduction to dans, movement therapy in psychiatry*, Tawistok/Rondledge, London, New York.
72. Turner S., Calhoun K. & Adams H. (1992) - *Handbook of Clinical Behavior Therapy*, John Wiley & Sons, Inc., USA.
73. Vandenplass-Holper Ch. (1993) - *Les conte classique - supports de l'education socio-emotinnelle de l'enfant*, Louvain-la-neuve.
74. Vladislav E.O. (1997) - *Demers expresiv în psihoterapia copilului și adolescentului*, Dizertație Master, Universitatea București (sub coordonarea I.Mitrofan)
75. Wiener D.J. (1999) - *Beyond Talk Therapy, Using Movement and Expressive Technique in Clinical Practice*, American Psychological Association, Washington, DC.
76. Wood M.M. (1975) - *Developmental Therapy: A Textbook for Teachers as Therapists for Emotionally Disturbed Young Children*, University Park Press, Georgia, USA.
77. Zinker J. (1976) - *Creative Process în Gestalt Therapy*, New York, Bruner&Mazel Publishers.
78. Zlate C., Zlate M. (1982) - *Cunoașterea și activarea grupurilor sociale*, București, Editura Politică.



Tipar:  
**■SITECH■**  
 Craiova, A. I. Cuza, bloc A, etaj 1  
 Telefon/fax: 051/414003